INFORMACYJNY KALENDARZ NARCIARSKI

NA SEZON
1935-36

ROK WYDAWNICTWA VIII.

WYDAWNICTWO POLSKIEGO
ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO
KRAKÓW – UL. J. PIŁSUDSKIEGO 13.

DRUKARNIA NARODOWA W KRAKOWIE

GRUDZIEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	N.	Marjusza d.	7:21	15:29	11:18	21:16
2	P.	Bibjany p. m.	7:23	15:28	11:37	22:39
3	W.	Franciszka ☽	7:24	15:27	11:54	—
4	Ś.	Barbary	7:25	15:26	12:11	0:02
5	C.	Anastazego	7:27	15:26	12:28	1:25
6	P.	Mikołaja b.	7:28	15:25	12:48	2·51
7	S.	Ambrożego b.	7:29	15:25	13:13	4:16
8	N.	**Niepok. Pocz.**	7:30	15:24	13·46	5:41
9	P.	Leokadji p.	7:31	15:24	14:30	6:58
10	W.	*NMP. Loret.* ○	7:33	15:23	15:26	8.04
11	Ś.	Damazego p.	7:34	15:23	16 34	8:56
12	C.	Aleksandra	7:35	15:23	17:47	9:33
13	P.	Łucji p. m.	7:36	15:23	19:03	10:01
14	S.	Teodora m.	7:37	15:23	20:16	10:22
15	N.	Walerjana	7:38	15:24	21:26	10:39
16	P.	Euzebjusza	7:39	15:24	22:36	10:53
17	W.	Łazarza b. ☾	7:40	15:24	23:44	11:07
18	Ś.	*Such.*, Wiktora	7·41	15:24	—	11:20
19	C.	Grzegorza b.	7:41	15:24	0:52	11:34
20	P.	*Such.*, Teofila	7:42	15:25	2:01	11:50
21	S.	*Such.*, Tomasza	7:42	15:25	3:13	12:10
22	N.	Zenona	7:43	15:25	4:25	12:37
23	P.	Wiktorji p. m.	7:43	15:26	5:36	13:12
24	W.	*Wig.* Ad. i Ew.	7:44	15:27	6·42	13:59
25	Ś.	**Boże Narod.** ●	7:44	15:27	7:39	15:01
26	C.	**Szczepana m.**	7:45	15:28	8:23	16 16
27	P.	Jana apost.	7:45	15:29	8:56	17·38
28	S.	Młodziank.	7:45	15:30	9:22	19:02
29	N.	Tomasza z K.	7:45	15:31	9:43	20:27
30	P.	Eugenjusza b.	7:46	15:31	10:01	21:50
31	W.	Sylwestra p.	7:46	15:32	10:18	23:13

1935

STYCZEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	Ś.	**Nowy Rok**	7:46	15:33	10:34	—
2	C.	Makarego ap.	7:46	15:34	10:54	0:37
3	P.	Genowefy	7:45	15·35	11:16	2·01
4	S.	Eugeniusza	7:45	15:36	11:44	3:23
5	N.	*Imię Jezus*	7:44	15:37	12:23	4:42
6	P.	**Trzech Króli**	7:44	15:39	13:14	5:52
7	W.	Łucjana	7:44	15:40	14:16	6:48
8	Ś.	Seweryna op.	7:43	15:41	15:27	7·30
9	C.	Juljana i Baz.	7:43	15:43	16:42	8:02
10	P.	Jana Dobr	7:42	15:44	17:56	8:26
11	S.	Honoraty p.	7:42	15:45	19:08	8:43
12	N.	Św. Rodz.	7:41	15:46	20:19	8:59
13	P.	Weroniki	7:41	15:48	21:27	9.13
14	W.	Hilarego Kr.	7:40	15:49	22:35	9:27
15	Ś.	Pawła p.	7:39	15:51	23:44	9:41
16	C.	Marcelego	7:38	15:52	—	9:55
17	P.	Antoniego	7:37	15:54	0:53	10:14
18	S.	*Stolicy Ś. Piotra*	7:3	15:56	2:05	10:36
19	N.	Marjusza	7:36	15:58	3·15	11:06
20	P.	Fabjana i Seb.	7:35	15 59	4:24	11:47
21	W.	Agnieszki p. m.	7:34	16:01	5:24	12:41
22	Ś.	Wincentego	7:33	16:03	6:15	13:50
23	C.	Klemensa	7:31	16:04	6:54	15:11
24	P.	Tymoteusza	7:30	16:06	7:23	16:36
25	S.	N. św. Pawła	7:28	16:08	7 47	18:03
26	N.	Polikarpa b. m.	7:27	16:10	8:07	19:31
27	P.	Jana Złotoust.	7:26	16 12	8.25	20:57
28	W.	Juljana bp.	7:25	16:13	8:42	22:22
29	Ś.	Franciszka	7:23	16:15	9:00	23:48
30	C.	Martyny p.	7:22	16:16	9 22	—
31	P.	Piotra z' Nol.	7:20	16:18	9:49	1:11

1936

L U T Y

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	S.	Ignacego b.	7:19	16:20	10:24	2:31
2	N.	MP. Gr.	7:17	16:22	11:09	3:44
3	P.	Błażeja b. m.	7:16	16:24	12:06	4:44
4	W.	Andrzeja bp.	7:14	16:26	13:13	5:29
5	Ś.	Agaty p. m.	7:13	16:28	14:25	6:03
6	C.	Tytusa b.	7:11	16:30	15:40	6:30
7	P.	Romualda op.	7:09	16·32	16:52	6:50
8	S.	Jana z Malty	7.07	16:34	18:03	7:06
9	N.	Apolonji p.	7:06	16:36	19:13	7:20
10	P.	Scholastyki	7·04	16:38	20:21	7:34
11	W.	M. B. z Lourd.	7:02	16·40	21·29	7:48
12	Ś.	7 zał. Ser.	7:00	16:41	22:27	8:02
13	C.	Grzegorza II.	6:58	16:43	23:48	8:19
14	P.	Walentego k. m.	6:56	16:45	—	8:39
15	S.	Faustyna	6:54	16:47	0:57	9:06
16	N.	Juljany p. m.	6:52	16:49	2:05	9:40
17	P.	Juljana Kap.	6:50	16:51	3:08	10:27
18	W.	Symeona	6:48	16:53	4:03	11:27
19	Ś.	Marcelego	6:46	16:55	4:46	12:40
20	C.	Leona bp.	6:44	16 57	5:20	14:03
21	P.	Feliksa b.	6:42	16:59	5·47	15:30
22	S.	St. św. Piotra	6:40	17:00	6:09	16:58
23	N.	Piotra Damj.	6:38	17:02	6:28	18:27
24	P.	Pawła diak.	6:36	17:03	6:47	19:56
25	W	Macieja ap	6:33	17:05	7:05	21:25
26	Ś.	*Popielec*, Wikt.	6:31	17:07	7:27	22:53
27	C.	Nestora b. m.	6:29	17:09	7:53	—
28	P.	Aleksandra m.	6:27	17:11	8:25	0:17
29	S.	Teofila m.	6:25	17 13	9.08	1:34

1936

MARZEC

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	N.	Albina b.	6:23	17:15	10:02	2:37
2	P.	Pawła m.	6:21	17:17	11:05	3:28
3	W.	Kunegundy	6 18	17:18	12:16	4:05
4	Ś.	*Such.*, Kazim.	6 16	17:20	13:29	4:34
5	C.	Jana Józefa	6:14	17:22	14:41	4:55
6	P.	*Such.*, Wikt.	6:12	17:24	15:51	5:13
7	S.	*Such.*, Tomasza	6:10	17:26	17:01	5:28
8	N.	Wincent.	6:08	17:27	18:09	5:42
9	P	Franciszki wd.	6:05	17:29	19:17	5:56
10	W.	40 Męczen.	6:02	17:31	20:25	6:11
11	Ś.	Konstantyna	6:00	17:33	21:35	6:26
12	C.	Grzegorza	5:58	17:35	22:44	6:46
13	P.	Krystyny	5:56	17:36	23:51	7:10
14	S.	Matyldy kr.	5·53	17:38	—	7:40
15	N.	Klemensa	5:51	17:40	0:56	8:21
16	P.	Juljana	5:48	17:42	1:52	9:15
17	W.	Jana Sark.	5:46	17:44	2:38	10·20
18	Ś.	Cyryla J.	5:44	17:45	3:15	11:36
19	C.	*Józefa Obl.*	5:42	17:47	3:45	12:58
20	P.	Aleksandry	5:40	17:48	4:09	14:23
21	S.	Benedykta op.	5:38	17:50	4:29	15:51
22	N.	Katarzyny Szw.	5:36	17:52	4:49	17:20
23	P.	Feliksa m.	5:33	17:54	5:07	18:50
24	W.	Gabrjela arch.	5:30	17:56	5:28	20:21
25	Ś.	*Zwiastow. NMP*	5:28	17:57	5:52	21.50
26	C	Teodora	5:26	17:59	6:23	23:13
27	P.	Jana Damas.	5:23	18:01	7:03	—
28	S.	Jana Kapistran.	5:21	18:02	7:56	0:26
29	N.	Wiktoryna m.	5.18	18:04	8:57	1:23
30	P.	Jana Klimaka	5:16	18:06	10:07	2:05
31	W.	Balbiny	5:14	18:08	11:20	2:36

1936

KWIECIEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	Ś.	Hugona bp.	5:12	18:09	12:32	3:00
2	C.	Franciszka z P.	5:09	18:11	13:42	3:19
3	P.	Ryszarda	5:07	18:12	14:52	3:35
4	S.	Izydora b.	5:04	18.14	16:00	3:50
5	N.	Wincentego	5:02	18:16	17:07	4:04
6	P.	Celestyna p.	5:00	18:18	18:15	4:19
7	W.	Rufina m.	4:58	18:19	19:25	4:34
8	Ś.	Djonizego	4:55	18:21	20:33	4:53
9	C.	*Wielki Czw.*	4:53	18:22	21:41	5:15
10	P.	*Wielki Piątek*	4:50	18:24	22:47	5:44
11	S.	*Wielka Sob.*	4:48	18:26	23:45	6:22
12	N.	**Wielkanoc**	4:46	18:28	—	7:10
13	P.	**Pon. Wiel.**	4:44	18:30	0:34	8:10
14	W.	Justyna m.	4:42	18:31	1:13	9:20
15	Ś.	Bazylego	4:40	18:33	1:44	10:37
16	C.	Benedykta Lab.	4:38	18:35	2:09	11:58
17	P.	Aniceta p.	4:35	18:36	2:30	13:22
18	S.	Apolonjusza m.	4:33	18:38	2:50	14:47
19	N.	Leona	4:31	18:40	3:09	16:15
20	P.	Agnieszki p.	4:29	18:42	3:28	17:44
21	W.	Feliksa	4:27	18:44	3:51	19:15
22	Ś.	Leona b.	4:25	18:45	4:19	20:43
23	C.	Wojciecha	4:22	18:47	4:56	22:03
24	P.	Grzegorza	4:20	18:49	5:43	23:09
25	S.	Marka Ewang.	4:18	18:51	6:43	23:59
26	N.	M.B. Dob.R.	4:16	18:52	7:52	—
27	P	Piotra Kan.	4:14	18:54	9:07	0.35
28	W.	Pawła od Krz.	4:12	18:55	10:20	1:03
29	Ś.	Piotra m.	4:10	18:57	11.32	1:24
30	C.	Katarzyny	4:08	18:59	12:42	1:41

1936

MAJ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	P.	Filipa i Jakuba	4:06	19:01	13:50	1:57
2	S.	Zygmunta kr.	4:04	19:02	14:58	2:11
3	N.	**Król. Kor. P.**	4:02	19:04	16:05	2:25
4	P.	Florjana	4:00	19:05	17:13	2:40
5	W.	Piusa V. pap.	3:58	19:07	18:23	2:58
6	Ś.	Jana ap.	3:56	19:09	19:32	3:19
7	C.	Jana bp.	3:55	19:11	20:39	3:47
8	P.	Stanisława bp.	3:53	19:12	21:39	4:22
9	S.	Grzegorza z N.	3:52	19:14	22:31	5:08
10	N.	Izydora rol.	3:50	19:15	23:13	6:05
11	P.	Franciszka	3:48	19:17	23:46	7:11
12	W.	Pankracego	3:46	19:18	—	8:26
13	S.	Serwacego bp.	3:44	19:20	0:12	9:44
14	C.	Bonifacego	3:43	19:22	0:34	11:05
15	P.	Jana de la Salle	3:41	19:23	0:53	12:26
16	S.	Jana Nep.	3:40	19:25	1:12	13·49
17	N.	Pawła m.	3:39	19:26	1:30	15:14
18	P.	*Dni Krz.*, Fel.	3:37	19:28	1:51	16:42
19	W.	*Dni Krz.*, Piotra	3:36	19:29	2:15	18:10
20	Ś.	*Dni Krz.*	3:34	19:31	2.47	19:35
21	C.	**Wniebowst. P.**	3:33	19:32	3:29	20:49
22	P.	Julji p. m.	3:32	19:34	4.24	21:47
23	S.	Dezyderjusza	3:30	19:35	5:31	22:31
24	N.	*NMP Wsp. w.*	3:29	19:37	6:45	23:03
25	P.	Grzegorza	3:28	19:38	8:02	23:26
26	W.	Filipa	3:27	19:39	9:16	23:46
27	S.	Jana p.	3:26	19:40	10:28	—
28	C.	Augustyna b.	3:25	19:42	11:38	0:02
29	P.	Marji Magd.	3:24	19:43	12:46	0:17
30	S.	Feliksa p. m.	3:23	19:45	13:53	0:31
31	N.	**Ziel. Święta**	3:22	19:46	15:01	0:46

1936

CZERWIEC

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	P.	**Pon. Św.**	3:21	19:47	16:11	1:03
2	W.	Sadoka i tow.	3:21	19:48	17:20	1:23
3	Ś.	*Suchedni*, Klot.	3:20	19:49	18:27	1:49
4	C.	Franciszka	3:19	19:50	19:31	2:21
5	P.	*Suchedni*	3:18	19:51	20.27	3:03
6	S.	*Suchedni*, Norb.	3:17	19:52	21:13	3:58
7	N.	**Św. Trójcy**	3:16	19.53	21:49	5:02
8	P.	Medarda b.	3:16	19:54	22:17	6:16
9	W.	Felicjana m.	3:15	19:55	22:40	7:34
10	Ś.	Małgorzaty	3:14	19:56	22:59	8:53
11	C.	**Boże Ciało**	3:14	19:56	23:18	10:13
12	P.	Jana F. w.	3:14	19:57	23:36	11:34
13	S.	Antoniego	3:14	19:57	23:54	12·56
14	N.	Bazylego W.	3:14	19:58	—	14:21
15	P.	Jolenty	3:14	19:59	0:17	15:46
16	W.	Jana Franc. R.	3:14	19:59	0:44	17:11
17	Ś	Marcjana m.	3.14	19:59	1:21	18:27
18	C.	Efrema Dk.	3:14	20:00	2:09	19:32
19	P.	*N. Serca P. J.*	3:14	20:00	3:09	20:23
20	S.	Sylwestra	3:14	20:00	4:21	21:00
21	N.	Alojzego G.	3:14	20:00	5:38	21:28
22	P.	Paulina b.	3:15	20:01	6:55	21:49
23	W.	Zenona m.	3:15	20:01	8:09	22:07
24	Ś.	Jana Chrzciciela	3:15	20:01	9:22	22:23
25	C.	Łucji p. m.	3:16	20:01	10:31	22:37
26	P.	Jana i Pawła	3:16	20:01	11:39	22:52
27	S	Władysława	3:17	20:01	12:47	23:08
28	N.	Leona II p.	3:17	20:01	13:56	23:27
29	P.	**Piotra i Pawła**	3:17	20:01	15:05	23:49
30	W.	Wsp. ś. Pawła	3:18	20:01	16:13	—

1936

LIPIEC

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	Ś.	*Prz. Krwi P. J.*	3:19	20:00	17:19	0:18
2	C.	*Naw. NMP.*	3:19	20:00	18:18	0.57
3	P.	Anatola b.	3:20	19:59	19:09	1:47
4	S.	Teodora b.	3:21	19:59	19:49	2:48
5	N.	Antoniego	3:22	19:58	20:20	4:00
6	P.	Łucji m.	3·23	19:57	20:45	5:18
7	W.	Cyryla i Metod.	3:24	19:57	21:06	6:39
8	Ś.	Elżbiety król.	3:25	19:56	21:25	8:01
9	C.	Weroniki	3:26	19:56	21:43	9:22
10	P.	7 braci męcz.	3:27	19:55	22:01	10:44
11	S.	Piusa I. pap.	3:28	19:55	22:22	12:08
12	N.	Jana Gwalberta	3:29	19:54	22:47	13:31
13	P.	Eugenjusza b.	3:30	19.53	23:19	14:53
14	W.	Bonawentury	3 31	19:52	—	16:12
15	Ś.	Henryka	3:32	19:50	0:01	17:21
16	C.	*M. B. Szkapl.*	3:34	19:49	0.56	18:16
17	P.	Aleksego	3:35	19:48	2:02	18:57
18	S.	Szymona z L.	3:36	19:47	3 16	19:29
19	N.	Wincentego	3:37	19:46	4:33	19:52
20	P.	Czesława	3:38	19:45	5:49	20:12
21	W.	Andrzeja	3:40	19:44	7:02	20:29
22	Ś.	Marji Magd.	3:41	19:42	8:14	20:44
23	C.	Apolinarego	3:43	19:41	9:23	20 59
24	P.	Kingi kr.	3:44	19:39	10:31	21:14
25	S.	Jakóba ap.	3:46	19:38	11:39	21:32
26	N.	Anny m.	3:48	19:37	12:49	21:52
27	P.	Feliksa m.	3:49	19:35	13:57	22:19
28	W.	Wiktora p.	3:51	19.34	15:04	22:52
29	Ś.	Marty p.	3:52	19:32	16:05	23.36
30	C.	Rufina	3:53	19:31	17:00	—
31	P.	Ignacego L.	3:54	19:29	17:44	0:32

1936

SIERPIEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	S.	Piotra w ok.	3:56	19:27	18:19	1:40
2	N.	*NMP. Aniel.*	3:57	19:26	18:47	2:56
3	P.	Św. Szczep. 🌕	3:59	19:24	19:11	4:17
4	W.	Dominika w.	4:00	19:22	19:31	5:41
5	Ś.	*M. B. Śnieżnej*	4:02	19·21	19.50	7:05
6	C.	*Przemien. P.*	4:03	19:19	20:08	8:28
7	P.	Kajetana w.	4:05	19:17	20:29	9:52
8	S.	Emiljana	4:07	19:15	20:52	11:18
9	N.	Jana Vian. ☾	4:09	19:13	21:22	12:41
10	P.	Wawrzynca	4:10	19:11	22:01	14:01
11	W.	Zuzanny p. m.	4.12	19:09	22:50	15:12
12	Ś.	Klary p.	4:13	19:07	23:51	16:11
13	C.	Hipolita	4·15	19:05	—	16:56
14	P.	Euzebjusza	4:17	19:03	1:01	17:30
15	S.	Wnieb. NMP.	4:19	19:01	2:16	17:56
16	N.	Rocha w.	4:20	18:59	3:31	18:17
17	P.	Jacka w. 🌑	4:22	18:57	4:45	18:35
18	W.	Heleny ces.	4:23	18:55	5:58	18:51
19	Ś.	Ludwika T.	4:25	18:53	7:07	19:06
20	C.	Bernarda	4 27	18.51	8:16	19·20
21	P.	Joanny	4:29	18:49	9:24	19:38
22	S.	Tymoteusza	4:30	18.47	10:33	19:58
23	N.	Filipa, Benicj.	4:32	18:45	11:41	20:21
24	P.	Bartłomieja ap.	4:33	18:43	12:47	20:50
25	W.	Ludwika kr. ☽	4:35	18:41	13:50	21:29
26	Ś.	*NPM. Częst.*	4:36	18:38	14:48	22:19
27	C.	Józefa Kalasan.	4:38	18·35	15:36	23:21
28	P.	Augustyna b.	4:40	18:33	16:15	—
29	S.	*Ścięcie ś. Jana*	4 42	18:31	16:46	0:32
30	N.	Róży Liman.	4:43	18:29	17 12	1:50
31	P.	Paulina b.	4:45	18:27	17·34	3:12

1936

WRZESIEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	W.	Bronisławy ○	4:47	18:24	17:54	4:38
2	Ś.	Stefana kr. w.	4:48	18:22	18:13	6:03
3	C.	Szymona Sł.	4:50	18:20	18:33	7:30
4	P.	Rozalji p.	4:52	18:18	18:57	8:57
5	S.	Wawrzyńca	4:53	18:15	19:25	10:24
6	N.	Zacharjasza	4:55	18:13	20:02	11:47
7	P.	Melchjora m.	4:56	18:11	20:48	13:02
8	W.	*Nar. NMP.* ☾	4:58	18:08	21:47	14:06
9	Ś.	Piotra Klaw.	5:00	18·06	22:53	14:55
10	C.	Mikołaja z Tol.	5:02	18:03	—	15·32
11	P.	Prota i Jacka	5:03	18:01	0:07	16:00
12	S.	*Naiśw. Im. M.*	5:05	17:59	1:20	16:23
13	N.	Filipa m.	5:06	17:57	2:33	16:41
14	P.	*Podw. św. Krz.*	5:08	17:55	3:45	16:58
15	W.	*M. B. Bol.* ●	5:10	17:52	4:55	17:13
16	Ś	*Such.*, Kornela	5:12	17:49	6:03	17:29
17	C.	Piętn. ś. Franc.	5:13	17:47	7:11	17:45
18	P.	*Such.*, Józefa K.	5:15	17:45	8:20	18:04
19	S.	*Such.*, Januar.	5:17	17:42	9:28	18.25
20	N.	Eustachego	5:18	17:39	10:34	18:53
21	P.	Mateusza	5:20	17:37	11:38	19:28
22	W.	Tomasza	5:22	17:35	12:36	20:12
23	Ś.	Tekli ☽	5:23	17:33	13:27	21:08
24	C.	*NMP. wyk. n.*	5:25	17:31	14:09	22:12
25	P.	Kleofasa	5:26	17:28	14:43	23:26
26	S.	Cypriana, Just.	5:28	17:26	15:10	—
27	N.	Kosmy i D.	5·30	17:23	15·34	0:44
28	P.	Wacława	5:32	17 21	15:55	2:07
29	W.	*Michała Arch.*	5:33	17:19	16:15	3:31
30	Ś.	Hieronima w. ○	5:35	17:16	16:35	4:57

1936

PAŹDZIERNIK

			Słonca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	C.	Jana z D.	5:36	17:14	16:58	6 25
2	P.	Aniołów Str.	5:38	17:11	17:25	7.55
3	S.	Teresy od D. J	5:40	17:09	17:59	9.23
4	N.	*NMP. Różańc.*	5:42	17:07	18·43	10:45
5	P.	Apolinarego	5·44	17:04	19:39	11:55
6	W.	Brunona w.	5:45	17:02	20:45	12:51
7	Ś.	Marka p. w.	5:47	17:00	21 57	13:32
8	C.	Brygidy	5:49	16:58	23:12	14:03
9	P.	Dionizego	5:50	16:56	—	14:27
10	S.	*Dzięk. za zw. ch.*	5:52	16:54	0:24	14:47
11	N.	*Macierz. NMP.*	5:53	16·51	1.35	15:05
12	P.	Serafina	5:55	16:49	2.46	15:20
13	W.	Edwarda kr.	5·57	16·47	3:54	15:36
14	Ś.	Kaliksta pap.	5.59	16:45	5:01	15:51
15	C.	Teresy	6:00	16:43	6:10	16.10
16	P.	Jadwigi	6:02	16:41	7:17	16:31
17	S.	Małgorzaty A.	6·03	16:38	8:24	16:57
18	N.	Łukasza ew.	6:05	16:36	9:29	17:29
19	P.	Piotra z Alk.	6:07	16:34	10:28	18:11
20	W.	Jana Kant.	6:09	16:32	11:21	19.01
21	Ś.	Urszuli p. m.	6:11	16:30	12:05	20:02
22	C.	Korduli	6:13	16.28	12:41	21:11
23	P.	Seweryna b.	6·14	16:26	13:10	22:24
24	S.	Rafała Arch	6:16	16:23	13:34	23:42
25	N.	*Chryst. Krola*	6:18	16:21	13:55	—
26	P.	Ewarysta p.	6:20	16:19	14:15	1:01
27	W.	Sabiny m.	6.22	16:17	14:34	2:24
28	Ś.	Szymona i Tad.	6:24	16:15	14.56	3:49
29	C.	Jana b., Teod.	6:25	16:14	15:21	5:18
30	P.	Marcelego	6:27	16:12	15:53	6:48
31	S	*Wig.*, Antonina	6:28	16:10	16:33	8.14

1936

LISTOPAD

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	N.	**Wsz. Święt.**	6:30	16:08	17:25	9:33
2	P.	Dz. Zaduszny	6:32	16:06	18.29	10:38
3	W.	Huberta b.	6:34	16:04	19:42	11:27
4	Ś.	Karola Bor.	6:36	16:02	20:59	12:03
5	C.	Elżbiety	6:37	16:00	22:13	12:31
6	P.	Leonarda	6:39	15:58	23:26	12:52
7	S.	Antoniego B.	6.41	15:57	—	13:10
8	N.	Sewerjana	6:43	15:55	0:37	13:27
9	P.	Teodora, Ursyn.	6:45	15:54	1:45	13:43
10	W.	Andrzeja	6:47	15:52	2:52	13:58
11	Ś.	Marcina b. w.	6:49	15:51	4:00	14:16
12	C.	5 Br. Pol.	6:51	15:49	5:07	14:36
13	P.	Stanisl. Kostki	6:53	15:47	6:15	15:01
14	S.	Jozafata b. m.	6:55	15:46	7:20	15:31
15	N.	Gertrudy	6:56	15:44	8:22	16:10
16	P.	*MB. Ostrobram.*	6:58	15:43	9:17	16:58
17	W.	Salomei, Grzeg.	7:00	15:42	10:04	17:56
18	Ś.	Romana m.	7:01	15:41	10:42	19:02
19	C.	Elżbiety kr. w.	7:03	15:40	11:12	20:13
20	P.	Feliksa Wal.	7:04	15:38	11:37	21:27
21	S.	*Ofiar. NMP.*	7:06	15:37	11:59	22:43
22	N.	Cecylii p.	7:08	15:36	12:19	—
23	P.	Klemensa p.	7:10	15:35	12:38	0:01
24	W.	Jana od Krz.	7:11	15:34	12:57	1:22
25	Ś.	Katarzyny p.	7:13	15:33	13:19	2:45
26	C.	Sylwestra op.	7:14	15:32	13.46	4:12
27	P.	Waleriana bp.	7:15	15:31	14:21	5:40
28	S.	Zdzisława	7:17	15:30	15:07	7:04
29	N.	Saturnina	7:18	15:29	16:06	8:17
30	P.	Andrzeja, Just.	7:20	15:28	17:17	9:15

1936

GRUDZIEŃ

			Słońca		Księżyca	
			wsch.	zach.	wsch.	zach.
1	W	Marjana m.	7:22	15:27	18:34	9:58
2	Ś.	Pauliny m.	7:23	15:27	19:53	10:30
3	C	Franciszka	7:25	15:26	21:09	10:55
4	P.	Barbary	7:26	15:26	22:23	11:15
5	S.	Juljusza m.	7:28	15:25	23:33	11:32
6	N.	Mikołaja bp.	7:29	15:25	—	11:49
7	P.	Ambrożego bp.	7:30	15:25	0:41	12:05
8	W.	Niepok. Pocz.	7:31	15:25	1:49	12:21
9	Ś.	Walerji	7:32	15:24	2:57	12:41
10	C.	*NMP. Loretańs.*	7:33	15:24	4:04	13:33
11	P.	Damazego p.	7:34	15:24	5:10	13:32
12	S.	Aleksandra	7:35	15:24	6:14	14:08
13	N.	Łucji p. m.	7:36	15:24	7:12	14.53
14	P.	Teodora m.	7:37	15:24	8:02	15:49
15	W.	Walerjana	7:38	15:24	8:43	16:53
16	Ś.	*Such.*, Euzebj.	7:39	15:24	9:16	18:04
17	C.	Florjana m.	7:40	15:24	9:43	19:17
18	P.	*Such.*, Wiktora	7:41	15:24	10:05	20:33
19	S.	*Such.*, Urbana	7.42	15:25	10:25	21:49
20	N.	Teofila	7:42	15:25	10:43	23:07
21	P	Tomasza	7:43	15:25	11:02	—
22	W.	Zenona	7:43	15:26	11:22	0:26
23	Ś.	Wiktorji	7:44	15:26	11:45	1:50
24	C.	*Wig. Boż. N.*	7:44	15:27	12:16	3:13
25	P.	**Boże Narodz.**	7:45	15:27	12:54	4:36
26	S.	**Szczepana m.**	7:45	15:28	13:45	5:52
27	N.	Jana apost.	7:45	15:29	14:50	6:58
28	P	Młodzianków	7:45	15:30	16:05	7:49
29	W.	Tomasza z K.	7:45	15.31	17:24	8:26
30	Ś	Eugeniusza bp.	7:45	15:32	18:44	8:55
31	C.	Sylwestra p.	7:45	15:33	20:01	9.17

1936

Skrócony kalendarz na r. 1937.

Półrocze I.	N	P	W	Ś	C	P	S
Styczeń						**1**	2
	3	4	5	**6**	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						
Luty		1	**2**	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28						
Marzec		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	**29**	30	31			
Kwiecień					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	
Maj							1
	2	**3**	4	5	**6**	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	**17**	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	**27**	28	29
	30	31					
Czerwiec			1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	**29**	30			

Półrocze II.	N	P	W	Ś	C	P	S
Lipiec					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
Sierpień	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				
Wrzesień				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30		
Październik						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						
Listopad		**1**	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				
Grudzień				1	2	3	4
	5	6	7	**8**	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	**25**
	26	27	28	29	30	31	

Tłuste liczby oznaczają dni świąteczne.

ORGANIZACJA POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO

Polski Związek Narciarski jest zrzeszeniem organizacyj narciarskich na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej, dla pracy około rozwoju narciarstwa.

Siedziba i adres

Polski Związek Narciarski, Kraków, ul. Piłsudskiego 13. Tel. 157-33. Skrót telegraficzny: „Skipol" — Kraków. Konto P. K. O. Nr. 400-225. Sekretarjat czynny w dnie powszednie z wyjątkiem sobót, od 18—20-tej.

Władze i Instytucje Polskiego Związku Narciarskiego

Rada Narciarska P. Z. N.

Prezes: inż. Aleksander Bobkowski, wiceminister Komunikacji, (Warszawa, Ministerstwo Komunikacji); **I wiceprezes:** red. Stanisław Faecher (Kraków, Pędzichów 8, I p., tel. 179-30, 150-60); **II wiceprezes:** prof. dr. Zygmunt Klemensiewicz (Lwów, Nabielaka 55); **III wiceprezes:**

płk. Stanisław Barzykowski (Warszawa, Marszałkowska 9, m. 11, tel. 8-37-43); **IV wiceprezes:** dr. Aleksander Boniecki (Kraków, Al. Słowackiego 1, tel. 101-99, 141-70); **sekretarz:** inż. Tadeusz Ramza (Kraków, Lubelska 15, tel. 139-49); **zastępca sekretarza:** red. Włodzimierz Długoszewski (Kraków, Salwatorska 16, tel. 150-60); **skarbnik:** dr. Jan Czernik (Kraków, Słowackiego 21, tel. 147-67); **zastępca skarbnika:** dr. Gustaw Landau (Kraków, Grodzka 4, tel. 177-75); **członkowie Rady:** dr. Jan Kazimierz Dorawski (Kraków, Sobieskiego 3, tel. 133-63); płk. Tadeusz Fonferko (Warszawa, Mianowskiego 15); kpt. Marjan Frühauf (Warszawa, Pogonowskiego 23, tel. 5-56-40, wewn. 117); Hugo Grosman (Kraków, Piłsudskiego 19, tel. 104-04, 124-04); kpt. dypl. Stanisław Karnibad (Sanok, 2 psp); prof. Juljan Kolankowski (Przemyśl, Słowackiego 14); Tadeusz Kozień (Kraków, Moniuszki 26, m. 5); Karol Kullmann (Drohobycz, Państw. Fabr. Olejów Mineralnych „Polmin"); Jan Lipowczan (Katowice, Powstańców 50); Roman Loteczka (Chrzanów, Ubezpieczalnia Społeczna, tel. 53); dr. Bolesław Macudziński (Kraków, Piłsudskiego 19, tel. 157-22,113-85); dr. Jakób Merunowicz (Kraków, Sereno Fenn'a 10, tel. 167-73); Józef Oppenheim (Zakopane, Piłsudskiego 70, tel. 608); dr. Henryk Szatkowski (Warszawa, Ministerstwo Komunikacji, tel. 9-10-05); inż. Eugenjusz Zaczyński (Zakopane, Magistrat); dr. Kazimierz Załuski (Kraków, pl. Szczepański 5, p. VI, tel. 171-10, 136-91).

Zarząd Główny P. Z. N.

Przewodniczący: inż. Aleksander Bobkowski; **I zastępca przewodniczącego:** dr. Aleksander Boniecki; **II zastępca przewodniczącego:** dr. Kazimierz Załuski; **sekretarz:** inż. Tadeusz Ramza; **zastępca sekretarza:** red. Włodzimierz Długoszewski; **skarbnik:** dr. Jan Czernik; **zastępca skarbnika:** dr. Gustaw Landau; **członkowie:** red. Stanisław Faecher, Hugo Grosman, Tadeusz Kozień, Roman Loteczka, dr. Bolesław Macudziński, dr. Jakób Merunowicz.

Komisja Rewizyjna P. Z. N.

Członkowie: Tadeusz Bukowiecki (Kraków, Starowiślna 16); Edward Güntner (Katowice, Bank Gospodar-

stwa Krajowego); płk. dypl. Rudolf Kawiński (Przemyśl, Słowackiego 61); **zastępcy:** Stefan Mackiewicz (Lwów, Wronowska 9); dr. Edward Stonawski (Bielsko, Parkowa 5).

Komisja Sportowa P. Z. N.

Przewodniczący: Hugo Grosman; **zastępca przewodniczącego:** red. Stanisław Faecher; **sekretarz:** Tadeusz Kozień; **członkowie miejscowi:** Jan Cybulski (Kraków, Kochanowskiego 18); dr. Jan Kazimierz Dorawski; dr. Stanisław Kowenicki (Kraków, Grodzka 14); Roman Loteczka; dr. Jakób Merunowicz; inż. Tadeusz Ramza; dr. Raul Schinagel (Kraków, Czarnowiejska 72); Tadeusz Spiess (Kraków, Garncarska 3); dr. Kazimierz Załuski; **członkowie zamiejscowi:** mgr. Stanisław Breuer (Warszawa, Ministerstwo Komunikacji); mgr. Andrzej Rieger (Katowice, Kościuszki 6); por. Zygmunt Szumowski (Ostrów Mazowiecki, Szkoła Podchorążych Piechoty); por. Franciszek Trzepałko (Warszawa, Al. Jerozolimskie 3, m. 20); Leopold Zylberman (Zakopane, do Białego, dom Fajkosza).

Centrum Wyszkolenia P. Z. N.

Przewodniczący: red. Stanisław Faecher; **zastępca przewodniczącego:** dr. Aleksander Boniecki; **sekretarz:** Tadeusz Kozień; **gospodarz:** dr. Jakób Merunowicz; **kierownik drużyny olimpijskiej:** red. Stanisław Faecher; **referat drużyny treningowej:** Zygmunt Leisten, dr. Jakób Merunowicz, inż Kazimierz Schiele; **komisja dla spraw instruktorskich i obozów:** mgr. Tadeusz Biernakiewicz, Jan Cybulski, Hugo Grosman, Tadeusz Kozień, dr. Jakób Merunowicz; **komisja programu szkoleniowego:** Bronisław Czech, red. Stanisław Faecher, por. Edmund Kwaśnica, inż. Tadeusz Ramza, płk. Władysław Ziętkiewicz; **referat szkół narciarskich:** Otto Christoff, Marjan Maurizio, dr. Kazimierz Załuski, Leopold Zylberman; **referat opieki lekarskiej:** dr. Stanisław Janicki, dr. Tadeusz Sidorowicz; **inspektorat kursów i obozów:** mgr. Stanisław Breuer, por. Artur Kasprzyk, prof. Juljan Kolankowski, dr. Stanisław Kowenicki, Miłobędzki Adam, por. Bruno Pawlik, inż. Tadeusz Ramza, Tadeusz Spiess, inż. Tadeusz Stobiecki, por. Zygmunt Szumowski, por. Franciszek Trzepałko, Leopold Zylberman.

Kapitan Sportowy P. Z. N.

Red. Stanisław Faecher (Kraków, Pędzichów 8, tel. 179-30, 150-60).

Komisja Turystyczna P. Z. N.

Przewodniczący: inż. Tadeusz Ramza; **zastępca przewodniczącego:** red. Stanisław Faecher; **sekretarz:** Tadeusz Spiess; **członkowie miejscowi:** Adam Alberti (Kraków, pl. Jabłonowskich 16); Edmund Ehrlich (Kraków, Bernardyńska 9); Stefan Iwelski (Kraków, Garbarska 16); dr. Stanisław Leszczycki (Kraków, Grodzka 64, Instytut Geograficzny U. J.); Tadeusz Pieprzak (Kraków, Zabłocie 25); **członkowie zamiejscowi:** inż. Maksymiljan Dudryk (Warszawa, Szara 14); mgr. Michał Fuller (Nowy Targ, Starostwo); mjr. Zygmunt Hofbauer (Sambor, P.K.U.); Zygmunt Leisten (Zakopane, Krupówki); Józef Oppenheim; Zdzisław Tołłoczko (Lwów, Długosza 6); dr. Adam Zieliński (Warszawa, Marji Konopnickiej 6, Y.M.C.A.); płk. Władysław Ziętkiewicz (Warszawa, Myśliwiecka 3—5).

Komisja Narciarstwa Nizinnego P. Z. N.

(Warszawa, Ś-to Krzyska 9).

Przewodniczący: płk. Stanisław Barzykowski (Warszawa, Marszałkowska 9, m. 11, tel. 8-37-43); **sekretarz:** kpt. Marjan Frühauf (Warszawa-Żoliborz, Pogonowskiego 23, tel. 5-56-40, wewn. 117); **członkowie:** mjr. Jiruszka Henryk (Warszawa, ul. Hoża 50, m. 13, tel. służb. 947-46), kpt. Tadeusz Kawalec (Warszawa, Myśliwiecka 3/5, PUWF i PW); prof. Juljan Kozłowski (Krzemieniec, Liceum); mjr. Włodzimierz Sekunda (Warszawa-Żoliborz, Krasińskiego 6 m. 1).

Komisja Wydawnicza P. Z. N.

Przewodniczący: red. Stanisław Faecher; **zastępca przewodniczącego:** red. Włodzimierz Długoszewski; **członkowie:** Hugo Grosman; Stanisław Olkusznik (Kraków, Pędzichów-Boczna, Polskie Radjo, tel. 149-98); Henryk Wertheimer (Kraków, Gertrudy 23, tel. 103-68, 148-25).

Komisja Saneczkarska przy P. Z. N.

Przewodniczący: Roman Loteczka (Chrzanów, Ubezpieczalnia Społeczna, tel. 53); **zastępca przewodniczącego:** dr. Ferdynand Pawłowski (Krynica).

OKRĘGI POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO

Nazwy, siedziby i adresy

I. Warszawski Okręg P.Z.N. — Warszawa, Ś-to Krzyska 9.

II. Wileński Okręg P.Z.N. — Wilno, Jagiellońska 7/7 (Jarosław Nieciecki).

III. Lwowski Okręg P.Z.N. — Lwów, Łyczakowska 5.

IV. Podhalański Okręg P.Z.N. — Zakopane, skrytka pocztowa 167.

V. Krakowski Okręg P.Z.N. — Kraków, Grodzka 14, (dr. Stanisław Kowenicki).

VI. Śląski Okręg P.Z.N. — Katowice, Śląski Urząd Wojewódzki (prof. Kisieliński Stefan).

VII. Grodzieński Okręg P.Z.N. — Grodno, Narutowicza 4.

VIII. Przemyski Okręg P.Z.N. — Przemyśl, Łukasińskiego 7.

IX. Pomorski Okręg P.Z.N. — Toruń, Wały 21 (płk. Przemysław Nakoniecznikoff).

X. Wołyński Okręg P.Z.N. — Krzemieniec, Liceum (prof. Juljan Kozłowski).

Cele i zadania Okręgów P. Z. N.

Okręgi Polskiego Związku Narciarskiego są ciałami **regulaminowemi**, powoływanemi do życia przez Zarząd Główny P.Z.N., na zasadzie decyzji Rady Narciarskiej. Rządzą się **regulaminem ramowym**, wspólnym dla wszystkich Okręgów. **Zarządy Okręgów** wybierane są **co roku** przez Okręgowe **Walne Zjazdy Delegatów** Towarzystw danego Okręgu. Podstawy materjalne Okręgów stanowią: określony przez Radę Narciarską **udział w wkładkach** członkowskich, oraz dochody z przedsiębiorstw własnych. Główną imprezą są doroczne **Mistrzostwa Okręgowe.**

Głównem zadaniem Okręgów P.Z.N. jest **bezpośrednie ożywianie narciarskich form sportowych, oraz akcji wychowania fizycznego** w wydzielonych dla Okręgu terenach kraju. Spowodu specjalnych potrzeb narciarstwa — Okręgi P.Z.N. różnią się zasadniczo od t. zw. związków okręgowych w innych gałęziach sportu, gdyż są nietyle jednostkami administracyjnemi, ile ujęciami **czynnego ruchu narciarskiego.** Okręgi P.Z.N. odgrywają rolę ekspozytur sportowych P.Z.N. i są **organizatorami narciarskiego ruchu w terenie.** Natomiast sprawy administracyjne, opanowywane całkowicie przez władze centralne P.Z.N. są traktowane przez Okręgi na drugim planie. Wyjątek stanowią niektóre **uprawnienia dyscyplinarne** w zakresie sportowym, ustalone w ramowych regulaminach Okręgów, lub poruczone Okręgom specjalną uchwałą Komisji Sportowej P.Z.N.

Inicjatywa Okręgów i **koordynacyjna ich działalność** wśród towarzystw na wydzielonym terenie są szczególnie doniosłe dlatego, ponieważ różnica poziomu uprawianego przez ogół narciarstwa tudzież sportu zawodniczego, jest wielka w różnych terenach kraju. Wynika ona z różnorodności warunków śnieżnych i terenowych i wymaga takiego podziału działalności towarzystw związkowych, **aby poziom uprawianego ruchu narciarskiego był w danym terenie wyrównany.** Podział taki stanowi korzystną podnietę dla pracy sportowej i akcji wychowania fizycznego w zakresie narciarstwa, których kierownictwo zlecone jest Okręgom P.Z.N.

Mistrzostwa okręgu i zawody o charakterze lokalnym winny być jaknajsilniej popierane przez towarzystwa związkowe, przynależne do danego Okręgu. Imprezy te podtrzymują stałe i bezpośrednie zainteresowanie sportem, gdyż Mistrzostwa Polski, odbywające się raz do roku, są zasadniczo spotkaniem zawodników najlepszej klasy. Polski Związek Narciarski zmierza zaś do tego, **aby każdy niemal narciarz,** według swych sił i możności, uprawiał narciarstwo sportowe, znajdując — w miarę trudniejszych warunków — wyrównany poziom konkurencji.

Wyszkoleniowe i organizacyjne zadania Polskiego Związku Narciarskiego realizowane są za pośrednictwem Okręgów przez regulaminowe **Okręgowe Komisje Egzaminacyjne dla nauczycieli narciarstwa i dla sędziów narciarskich.** Drogą tą uzupełnia się kadry i podnosi fachowy poziom działaczy, których sprawność, sumienność

i zapał do pracy stanowią istotny warunek rozwojowy narciarstwa.

Każdy przeto narciarz zrzeszony, winien nabyć głębokiego przekonania, że **podporządkowanie się dyrektywom Okręgu, popier nie jego zamierzeń, branie udziału w imprezach i czynna pomoc na żądanie Okręgu,** świadczą o zrozumieniu ważnej roli, jaką Okręgi mają do odegrania. Tylko bowiem w silnem tętnie dobrze zorganizowanego narciarskiego życia w całym kraju, leży rękojmia dalszego postępu polskiego narciarstwa.

Rozgraniczenie terytorjalne okręgów P. Z. N.

Na zasadzie decyzji Rady Narciarskiej, Okręgi P.Z.N. mają poniższy podział terytorjalny z ważnością w sezonie 1935/36.

I. Warszawski Okręg P.Z.N. obejmuje: miasto Warszawę; z województwa warszawskiego powiaty: błoński, ciechanowski, gostyniński, grójecki, kutnowski, łowicki, makowski, miński, mławski, płocki, płoński, przasnyski, pułtuski, radzymiński, rawski, sierpecki, sochaczewski i warszawski; z woj. kieleckiego powiaty: konecki, kozienicki, opoczyński, radomski-grodzki, radomski, włoszczowski; województwo łódzkie (w całości); z województwa poznańskiego powiaty: czarnkowski, gnieźnieński-grodzki, gnieźnieński, gostyński, jarociński, kępiński, kościański, krotoszyński, leszneński, międzychodzki, nowotomyski, obornicki, ostrowski, poznański-grodzki, poznański, rawicki, szamotulski, śremski, środzki, wolsztyński i wrzesiński; województwo lubelskie (w całości); województwo poleskie (w całości); z województwa pomorskiego: powiat działdowski.

II. Wileński Okręg P.Z.N. obejmuje: województwa: wileńskie (w całości) i nowogrodzkie (w całości).

III. Lwowski Okręg P.Z.N. obejmuje: z województwa lwowskiego: miasto Lwów i powiaty: bóbrecki, lwowski, rawski, sokalski i żółkiewski; województwo stanisławowskie (w całości) i województwo tarnopolskie (w całości).

IV. Podhalański Okręg P.Z.N. obejmuje: powiat nowotarski bez dorzecza Raby tj. bez miejscowości: Rabka, Chabówka, Raba Wyżna i Sieniawa z okolicą.

V. Krakowski Okręg P.Z.N. obejmuje: z województwa krakowskiego: miasto Kraków oraz powiaty: bocheński, brzeski, chrzanowski, dąbrowski, gorlicki, krakowski, limanowski, myślenicki, nowosądecki, tarnowski i wadowicki; ponadto z powiatu nowotarskiego: Rabkę, Chabówkę, Rabę Wyżną i Sieniawę z okolicą (po dział wód między Rabą a Dunajcem) i z powiatu żywieckiego: Suchą, Lachowice i Hucisko z okolicą; z województwa kieleckiego powiaty: miechowski i olkuski.

VI. Śląski Okręg P.Z.N. obejmuje: województwo śląskie (w całości); z województwa kieleckiego powiaty: będziński, częstochowski-grodzki, częstochowski, sosnowiecki-grodzki i zawierciański; z województwa krakowskiego powiaty: bialski i żywiecki, ten ostatni bez Lachowic, Suchej i Huciska z okolicą.

VII. Grodzieński Okręg P.Z.N. obejmuje województwo białostockie (w całości).

VIII. Przemyski Okręg P.Z.N. obejmuje: z województwa lwowskiego powiaty: brzozowski, dobromilski, drohobycki, gródecki, jarosławski, jaworowski, kolbuszowski, krośnieński, leski, lubaczowski, łańcucki, mościski, niski, przemyski, przeworski, rudecki, rzeszowski, samborski, sanocki, tarnobrzeski i turczański; z województwa krakowskiego powiaty: jasielski, mielecki i ropczycki; z województwa kieleckiego powiaty: iłżecki, jędrzejowski, kielecki, opatowski, pińczowski, sandomierski i stopnicki.

IX. Pomorski Okręg P.Z.N. obejmuje: województwo pomorskie z wyjątkiem powiatu działdowskiego; z województwa poznańskiego powiaty: bydgoski-grodzki, bydgoski, chodzieski, inowrocławski, mogilneński, szubieński, wągrowiecki, wyrzyski i żniński; z województwa warszawskiego powiaty: lipnowski, nieszawski, rypiński, włocławski i Wolne M. Gdańsk.

X. Wołyński Okręg P.Z.N. obejmuje: województwo wołyńskie.

KONIECZNOŚĆ ZRZESZANIA NARCIARZY

Konieczność zrzeszania wszystkich narciarzy w Towarzystwach, należących do Polskiego Związku Narciarskiego, jest **naczelnym postulatem** organizacyjnym polskiego narciarstwa. Wspólna bowiem idea łączy ludzi w określone grupy, współpracujące i pomagające sobie nawzajem. **Zbiorowy wysiłek zapewnić może łatwiejsze osiągnięcie zasadniczego celu, oraz wiele udogodnień,** które przy słabej organizacji są nie do uzyskania. Towarzystwa mające licznych członków są silnemi jednostkami i mogą dać zrzeszonym cenne uprawnienia.

Narciarstwo zarówno sportowe, jak i turystyczne — powinno być uprawiane wyłącznie w **uporządkowanych, czyli zorganizowanych formach.** „Dzikie" narciarstwo stanowi bardzo duże niebezpieczeństwo i prowadzi do wykrzywienia turystycznej i sportowej działalności, oraz do obniżenia poziomu ideowego. Pozatem narciarstwo niezorganizowane zagraża jego uczestnikom niebezpieczeństwem zdrowia, a nawet życia.

Narciarze niezorganizowani, którzy idą w teren niedostatecznie wyszkoleni, podlegają **nieszczęśliwym wypadkom** bardzo łatwo. Niedostatecznie wyszkoleni są dlatego, ponieważ nie należąc do żadnego Towarzystwa związkowego nie przechodzą prawidłowych **kursów wstępnych** w jeździe na nartach i przeszkolenia **w turystyce zimowej.** Często szkoleni są oni przez ludzi nieodpowiedzialnych, lub też nie kontrolowanych przez powołaną organizację. W terenie zaś górskim, podczas odbywania wycieczek, nie mają tacy niezrzeszeni turyści zimowi żadnej możności postępowania i wzmagania swego doświadczenia. Nie mają bowiem **odpowiednich przykładów,** dzięki którym mogliby się turystycznie wyrobić.

Natomiast wszystkie potrzebne czynniki racjonalnego uprawiania zimowego ruchu wycieczkowego i sportu narciarskiego nabyć można **przedewszystkiem w Towarzystwach narciarskich.** Kursy prowadzone przez egzaminowanych instruktorów i wycieczki odbywające się pod opieką doświadczonych przodowników, tworzą warunki, w których uprawiane **narciarstwo przynosi prawdziwą korzyść** członkom Towarzystw.

W stosunku do wielkiej masy polskich narciarzy, **cyfry zrzeszonych członków są niewystarczające.** Zadaniem więc każdego narciarza zrzeszonego winno być **rozwinięcie usilnej propagandy w kierunku organizowania luzem chodzących narciarzy,** przynajmniej w kole najbliższych swych znajomych, miłośników narciarstwa, uchylających się od moralnego obowiązku **zapisywania się do dowolnego Towarzystwa narciarskiego.**

Im więcej będzie narciarzy zrzeszonych, tem łatwiej będzie poprawić warunki rozwojowe tego sportu w Polsce, **tem niższe będą opłaty,** jakie poszczególni członkowie — **wzamian za różne udogodnienia** — opłacają Towarzystwom. Im więcej będzie narciarzy zrzeszonych, **tem łatwiej wykonają Towarzystwa związkowe swe ważne zadania propagandowe, organizacyjne i inwestycyjne.** Im więcej wreszcie będzie narciarzy zrzeszonych, tem łatwiej krzewić się będą wśród społeczeństwa ważne idee narciarskiego wychowania fizycznego i **tem szybszą będzie ich realizacja.**

Dlatego też **każdy narciarz** już zrzeszony, należący do któregokolwiek Towarzystwa związkowego, **winien współdziałać w akcji jednoczenia narciarzy.** W ten sposób przyczyni się nietylko do wzmożenia siły swej organizacji macierzystej, ale równocześnie współdziałać będzie w podniesieniu polskiego narciarstwa do jaknajwyższego poziomu.

UPRAWNIENIA NARCIARZY ZRZESZONYCH W P. Z. N.

Członkowie Towarzystw, zrzeszonych w Polskim Związku Narciarskim, korzystają z uprawnień, jakie dane Towarzystwo dla swych członków wyjedna, a ponadto z następujących **przywilejów:**

1) na podstawie **legitymacji P. Z. N. (czarnej)**, zaopatrzonej w nalepkę ważności na dany sezon:
Z ulg taryfowych na Polskich Kolejach Państwowych przy przejazdach indywidualnych i zbiorowych w celach narciarskich i turystycznych według zasad, ogłoszonych w **komunikatach** PZN na podstawie corocznie ustalanych przez **Ministerstwo Komunikacji** norm szczegółowych.

2) na podstawie **legitymacji turystycznej P. Z. N.** (**żółtej**), zaopatrzonej w nalepkę ważności na sezon bieżący oraz w wizę władzy administracyjnej I instancji i najbliższego Konsulatu Republiki Czechosłowackiej:
a) z uprawnień, wynikających z **konwencji turystycznej,** zawartej z Czechosłowacją, t. j. swobodnego **przekraczania granicy polsko-czechosłowackiej** i swobodnego poruszania się w pasie turystycznym.
b) z **25% zniżki na kolejach czechosłowackich** w pasie turystycznym, o ile liczba uczestników wycieczki wynosi **10 osób.**

3) Ponadto członkowie korzystają na podstawie legitymacji P. Z. N. (**czarnej**) z **ulg w schroniskach,** należących do Towarzystw zrzeszonych w P. Z. N., jak również z ulg, przyznanych w **schroniskach PTT** narciarzom, zrzeszonym w PZN, na podstawie ważnej na dany sezon **nalepki schroniskowej PTT.** Nalepka ta (cena podana w komunikatach) jest do nabycia za pośrednictwem biura P. Z. N.

4) Członkowie Towarzystw zrzeszonych w P. Z. N., korzystają z ulg przy nabywaniu **wydawnictw związkowych.**

5) Członkowie Towarzystw zrzeszonych w P. Z. N., wykupując nalepkę ważną na dany sezon, otrzymują bezpłatnie **„Informacyjny Kalendarz Narciarski“,** wydawany przez Polski Związek Narciarski.

6) Członkowie Towarzystw, zrzeszonych w P. Z. N., wykupując nalepkę ważną na dany sezon, otrzymują miesięczne ilustrowane pismo narciarsko-turystyczne („**Turysta w Polsce**"). Pismo będzie doręczane przez Komisję Wydawniczą P. Z. N. **bezpośrednio do domu każdego zrzeszonego narciarza.** Dla uniknięcia pomyłek, należy w swem Towarzystwie podać dokładny adres na specjalnych przez Związek rozsyłanych blankietach adresowych, które należy wypełnić przy sposobności wpisu do Towarzystwa.

7) Każdy członek zrzeszony w P. Z. N., może **na podstawie legitymacji Związku (czarnej)** korzystać **z ulg taryfowych na kolejach austrjackich w relacjach turystycznych,** a to według norm, podawanych do wiadomości członkom P. Z. N. w komunikatach oficjalnych.

TABELKA

wzrostu ilości Towarzystw związkowych i narciarzy, zrzeszonych w P. Z. N. w latach 1919/20—1934/35.

Rok	Ilość Klubów	Ilość członków zgłoszonych do P. Z. N.
1919/20	5	579
1920/21	6	915
1921/22	8	1229
1922/23	9	1318
1923/24	14	1810
1924/25	18	1874
1925/26	22	1988
1926/27	26	2041
1927/28	31	2361
1928/29	44	3536
1929/30	59	4646
1930/31	82	5358
1931/32	99	6252
1932/33	147	14236
1933/34	168	10951
1934/35	202	10203

JAK TOWARZYSTWO MOŻE ZOSTAĆ CZŁONKIEM P. Z. N.

Polski Związek Narciarski zrzesza jedynie organizacje, zajmujące się narciarstwem. W statutach tych organizacyj musi być wyraźnie zaznaczone uprawianie narciarstwa względnie narciarstwo jako główny cel. **Statut Polskiego Związku Narciarskiego rozróżnia trzy grupy Członków zwyczajnych** (§ 6 statutu PZN).

Do pierwszej grupy są zaliczone Kluby i Towarzystwa narciarskie, oparte na samodzielnych statutach, zatwierdzonych przez władze państwowe.

Do grupy drugiej są zaliczone Sekcje (Oddziały) narciarskie wszelkiego rodzaju Towarzystw turystycznych, zimowych, ogólno-sportowych lub innych, w statutach których między innemi celami — są wymienione także cele uprawiania i popierania narciarstwa oraz możność zawiązywania Sekcyj. **Sekcje te mogą zrzeszać jedynie członków zwyczajnych swych organizacyj macierzystych** i muszą mieć regulaminy zatwierdzone przez organizacje macierzyste. Pozatem organizacja macierzysta osobną deklaracją bierze odpowiedzialność materjalną za swą Sekcję (Oddział).

Do grupy trzeciej zaliczone mogą być Sekcje (Oddziały) narciarskie stowarzyszeń i organizacyj PW i WF, Klubów Związku Strzeleckiego, Harcerstwa oraz organizacyj społeczno-wychowawczych młodzieży. Do grupy trzeciej zalicza Rada Narciarska osobną uchwałą, na prośbę danej organizacji. Trzecia grupa członków zwyczajnych korzysta z ulg w opłatach na rzecz P. Z. N.

Organizacje, które pragną wejść w poczet Członków Polskiego Związku Narciarskiego, muszą dopełnić zasadniczego warunku zrzeszenia przewidzianej statutem liczby osób. Liczba ta wynosi w miejscowościach, w których nie istnieje jeszcze członek PZN tej samej grupy — 20 osób, w miejscowości zaś, w której istnieje Członek PZN tej samej grupy — 50 osób (§ 12 statutu PZN).

Ponadto należy uiścić wpisowe w wysokości zł. 20.—, o ile w danej miejscowości niema Członka P. Z. N. tej samej grupy, zaś zł. 50.— w miejscowości, w której istnieje Członek P. Z. N. tej samej grupy. W razie nieprzyjęcia wpisowe zostanie zwrócone (§ 12 statutu PZN). Kandydaci na członków trzeciej grupy wpisowego nie opłacają (§ 15 statutu

P. Z. N.). Wpisowe musi być uiszczone równocześnie ze złożeniem podania. Wpisowe należy wpłacić na konto PKO. Nr. 400-225.

Zależnie od przynależności do danej grupy, kandydat na członka PZN składa podanie, zaopatrzone w odpowiednie dokumenta (§ 12 statutu P. Z. N.).

Samodzielny Klub (Towarzystwo) narciarski do podania załącza: 1) deklarację, zobowiązującą do bezwzględnego przestrzegania Statutu, regulaminów, przepisów PZN oraz wszelkich zarządzeń władz Związku; 2) własny, zatwierdzony przez władze państwowe statut, z podaniem władzy zatwierdzającej, liczby i daty zatwierdzenia; 3) skład swego zarządu; 4) listę osób, zrzeszonych; 5) sprawozdanie z dotychczasowej działalności.

Sekcja narciarska (Oddział) do podania załącza: 1) deklarację, zobowiązującą do bezwzględnego przestrzegania Statutu, regulaminów, przepisów PZN oraz wszelkich zarządzeń władz Związku; 2) statut organizacji macierzystej, zatwierdzony przez władze państwowe, z podaniem władzy zatwierdzającej, liczby i daty zatwierdzenia; 3) skład zarządu organizacji macierzystej; 4) regulamin Sekcji (Oddziału), zatwierdzony przez organizację macierzystą; 5) skład zarządu Sekcji (Oddziału); 6) listę osób, zrzeszonych przez Sekcję (Oddział); 7) sprawozdanie z dotychczasowej działalności Sekcji; 8) oświadczenie organizacji macierzystej, że ponosi pełną odpowiedzialność materjalną za swą Sekcję (Oddział).

Sekcja (Oddział) narciarska stowarzyszeń i organizacyj PW i WF, Klubów Związku Strzeleckiego, Harcerstwa oraz organizacyj społeczno-wychowawczych młodzieży do podania załącza: 1) deklarację, zobowiązującą do bezwzględnego przestrzegania Statutu, regulaminu, przepisów PZN oraz wszelkich zarządzeń władz Związku; 2) statut organizacji macierzystej, zatwierdzony przez władze państwowe, z podaniem władzy zatwierdzającej, iczby i daty zatwierdzenia; 3) skład zarządu Sekcji (Oddziału); 4) sprawozdanie z dotychczasowej działalności; 5) istę osób, zrzeszonych przez Sekcję (Oddział); 6) regulamin Sekcji (Oddziału), zatwierdzony przez zarząd organizacji macierzystej lub władzę przełożoną; 7) oświadczenie członków zarządu organizacji macierzystej lub władzy przełożonej, że ponosi odpowiedzialność materjalną za swą Sekcję (Oddział).

Przyjmuje do Związku (§ 11 Statutu PZN) Rada Narciarska PZN, zaliczając równocześnie do odpowiedniej grupy. Kandydat, odpowiadający warunkom grupy trzeciej, może ze swej strony wyrazić życzenie zaliczenia do grupy drugiej. Rada Narciarska może obniżyć wpisowe. Rada Narciarska przyjmuje Członków zwyczajnych PZN większością 2/3 głosów. Rada Narciarska może odmówić przyjęcia bez podania powodów, przyczem nieprzyjętemu kandydatowi przysługuje prawo odwołania się do Walnego Zjazdu Delegatów, który rozstrzyga w głosowaniu tajnem większością 2/3 głosów.

Kandydat na Członka składa podanie za pośrednictwem właściwego okręgu PZN, który przesyła je wraz z opinją Radzie Narciarskiej, za pośrednictwem Zarządu Głównego (§ 11 Statutu PZN).

NABYWANIE LEGITYMACYJ, NALEPEK I ODZNAK P. Z. N.

Legitymacje „czarne" i „żółte" P. Z. N. nabywać mogą jedynie Towarzystwa, Kluby i Sekcje, zrzeszone w Polskim Związku Narciarskim. Pojedyńcze osoby, pragnąc się zrzeszyć w Polskim Związku Narciarskim, muszą to uczynić za pośrednictwem którejkolwiek z organizacyj, zrzeszonych w P. Z. N., gdzie otrzymają szczegółowe informacje. Wszelkie nalepki nabywa się łącznie z danemi legitymacjami.

Legitymacje są zaopatrzone w rubryki, pozwalające na ich **prolongatę** w ciągu kilku sezonów, a to legitymacje „żółte" (konwencyjne) w ciągu 3-ch sezonów, zaś legitymacje „czarne" w ciągu 4-ch sezonów.

Dla uproszczenia manipulacji prosi się wszystkich zainteresowanych, aby w **sprawach zrzeszania się** zwracali się **wprost do Towarzystw, zrzeszonych w P. Z. N.,** a nie do Biura Zarządu Głównego P. Z. N.

Wszelkiego rodzaju odznaki, jako to „Odznaka za Sprawność PZN", „Odznaka Górska PZN", „Cyfra Zjazdowa" i „Odznaki funkcyjne" i t. p. nabywać mogą uprawnieni względnie zainteresowani bezpośrednio w Biurze

Zarządu Głównego PZN, bądź osobiście, bądź też w drodze korespondencji. Należność za te odznaki można wpłacać za pośrednictwem P. K. O. (Konto Nr. 400-225), lub też Biuro PZN ściągnie należność w drodze pobrania pocztowego.

KOMUNIKATY P. Z. N. I KORESPONDENCJA KIEROWANA DO P. Z. N.

Polski Związek Narciarski utrzymuje **stały kontakt** ze wszystkiemi Towarzystwami, zrzeszonemi w PZN, za pośrednictwem **komunikatów**, rozsyłanych wszystkim członkom P. Z. N. Zainteresowani mogą otrzymać dzięki temu **wszelkie informacje**, dotyczące bieżących spraw PZN.

Komunikaty wydaje zarówno Zarząd Główny, jak i poszczególne Komisje Polskiego Związku Narciarskiego.

Należy zwracać baczną uwagę na wszystkie komunikaty; dotyczy to zwłaszcza wszystkich osób, piastujących jakiekolwiek godności, lub pełniących funkcje w Polskim Związku Narciarskim, jak: sędziowie, instruktorzy, przodownicy Odznaki Górskiej i t. d. Niezaznajomienie się z treścią komunikatów powoduje rozluźnienie kontaktu organizacyjnego i konieczność prowadzenia obszernej korespondencji w sprawach, wyjaśnionych uprzednio komunikatami.

W korespondencji, skierowanej do PZN, należy przestrzegać konieczność **rozdzielania poszczególnych spraw** na osobnych blankietach listowych, gdyż sprawy są przydzielane poszczególnym organom Polskiego Związku Narciarskiego. Łączenie spraw na jednym blankiecie listowym powoduje opóźnienie załatwienia.

ADRESY TOWARZYSTW I SEKCYJ, NALEŻĄCYCH DO P. Z. N.

(Cyfra arabska oznacza stały numer porządkowy Towarzystwa w ewidencji P. Z. N. Cyfra rzymska w nawiasie oznacza przynależność okręgową: I — warszawski, II — wileński, III — lwowski, IV — podhalański, V — krakowski, VI — śląski, VII — grodzieński, VIII — przemyski, IX — pomorski, X — wołyński).

1. (III) Karpackie Towarzystwo Narciarzy — Lwów, Senatorska 6, parter.

2. (V) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Kraków, Tad. Kościuszki 12.

3. (V) Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy — Kraków, Rynek Gł. 25.

4. (IV) Sekcja Narciarska Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Zakopane, Dworzec Tatrzański.

5. (III) Sekcja Narciarska I L. K. S. „Czarni" — Lwów, Romanowicza 11 (dr. Bernard Rapaport).

6. (VI) Wintersportklub des Beskidenverein — Bielsko Wzgórze 14.

7. (III) Sekcja Narciarska L. K. S. „Pogoń" — Lwów, Rutowskiego 23.

8. (VI) Sekcja Narciarska PTT „Watra" — Cieszyn, plac Króla Sobieskiego 5.

9. (I) Warszawski Klub Narciarski — Warszawa, ul. Ś-to Krzyska 9.

10. (I) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Warszawa, Akademicka 5.

11. (IV) Oddział Narciarski Towarzystwa „Sokół" — Zakopane, Hotel Sport (Karpowicz A.).

12. (VI) Sekcja Narciarska PTT, Oddział Babiogórski — Żywiec (Oddział P. T. T.).

13. (VI) Sekcja Narciarska Ż. T. T. N. „Makkabi" — Bielsko, skrytka pocztowa 88.

14. (III) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Lwów, Marszałkowska 1, Nowy Uniwersytet.

15. (VI) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego 3 psp. — Bielsko—Biała.

16. (I) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego „Unja" — Lublin, 2 Dyw. Żand. (por. Piotr Myśliński).

17. (III) Sekcja Narciarska Lwowskiego Klubu Sportowego „Lechja" — Lwów, 5 Dyw. Żand., ul. Ochronek 5 (por. Baszniak).

18. (VI) Śląski Klub Narciarski — Katowice, Pocztowa 16.

19. (VIII) Przemyskie Towarzystwo Narciarzy — Przemyśl, Słowackiego 14 (Franciszkańska 19, Emil Klausner).

20. (IV) Sekcja Narciarska Towarzystwa Sportowego „Wisła" — Zakopane, Krupówki, dom Fr. Bujaka (płk. Franciszek Wagner).

21. (II) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Wilno, św. Jana 10.

22. (V) Nowosądeckie Koło Narciarzy — Nowy Sącz, Jagiellońska 28.

23 (V) Krynicki Klub Narciarski — Krynica-Zdrój, Dom Zdrojowy.

24. (III) Sekcja Narciarska PTT — Stanisławów, Szydłowskiego.

25. (I) Sekcja Narciarska PTT — Poznań, Chełmońskiego 8 (dr. Smoluchowski).

27. (IV) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Zakopane, skrytka pocztowa 158.

28. (VI) Rybnicki Klub Narciarski — Rybnik, skrytka pocztowa 7 (ul. Korfantego 5).

29. (III) Sekcja Narciarska Klubu Tenisowego 1924 — Lwów, Sykstuska 29 (Goldmanowa).

31. (VI) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Żywiec.

33. (V) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Makkabi" — Kraków, skrytka pocztowa 372.

35. (I) Sekcja Narciarska Warszawskiego Klubu Wio-

ślarek — Warszawa, Krakowskie Przedmieście 58. (Adres letni ul. Wioślarska 2).

36. (VI) Sekcja Narciarska PTT — Biała, Nad Niwką 23 (Tomasz Wróbel).

37. (I) Sekcja Narciarska Ż. T. G. S. „Makkabi" — Warszawa, Nalewki 2 a.

38. (V) Sekcja Narciarska Związku Młodzieży Chrześcijańskiej (YMCA) „Skinka" — Kraków, Krowoderska 8.

39. (VI) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Cieszyn, Kraszewskiego 15.

43. (II) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego 21 Baonu K. O. P. — Niemenczyn.

45. (V) Towarzystwo Narciarskie — Mościce ad Tarnów, Państwowa Fabryka Związków Azotowych (inż. Tad. Barzykowski).

46. (IX) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Gdańsk—Langfuhr, Heeresanger L. 11 (R. Węglarczyk).

47. (V) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Chrzanów (dr. Ferdynand Mroczek-Wisłocki).

48. (I) Sekcja Narciarska Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego — Warszawa, Nowy Świat 19, m. 3.

50. (IV) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Hagibor" — Nowy Targ, Sobieskiego 19 (Stotter).

52. (III) Sekcja Narciarska „Sokół" Macierz — Lwów, Zimorowicza 8.

53. (I) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Rodzina Wojskowa" — Warszawa, Królewska 2, m. 54.

59. (I) Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego — Poznań, Zamek.

60. (VI) Schlesischer Wintersportverein — Katowice, skrytka pocztowa 18.

61. (VIII) Sekcja Narciarska PTT — Drohobycz 2, „Polmin" (inż. Marjan Kozłowski).

62. (VI) Sekcja Narciarska Towarzystwa Turystycznego „Przyjaciele Przyrody w Polsce" — Bielsko, pl. Narutowicza, Dom Robotniczy.

63. (VI) Oddział Narciarski „Sokoła“ — Brzeszcze, pow. Oświęcim.

64. (I) Sekcja Narciarska Ż. T. Krajoznawczego — Warszawa, Królewska 51.

65. (V) Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Kraków, pl. Matejki 12, Dyrekcja Kol.

66. (V) Sekcja Narciarska Kółka Sportowego „Krynica“, Krynica—Zdrój.

67. (V) Sekcja Narciarska PTT — Tarnów, Targowa 3, III p. (dr. Fink H.).

68. (V) Sekcja Narciarska Żydowskiego Akademickiego Koła Miłośników Krajoznawstwa — Kraków, A. Potockiego l. 8 (M. Dortheimer).

69. Oddział Narciarski „Sokoła“ — Jordanów.

70. (II) Sekcja Narciarska Towarzystwa Pracowników Kolejowych „Ognisko“ — Wilno, Jagiellońska 7/7 (Jarosław Nieciecki).

71. (V) Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Limanowa, Dworzec Kolejowy.

72. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego Komendy Powiatowej — Sambor, Kopernika 13, skrytka pocztowa 31.

73. (IV) Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Zakopane.

74. (I) Sekcja Narciarska Zjednoczenia Zrzeszeń Pracowników Publ. Instyt. Finans. R. P. Klubu Sportowego „Zjednoczenie“ — Warszawa, Marszałkowska 138/3, Zrzeszenie Pracowników P. K. O.

75. (V) Sekcja Narciarska Klubu Sport. „Jutrzenka“ — Kraków, Krakowska 49 (Beter).

76. (III) Sekcja Narciarska PTT — Skole.

77. (V) Sekcja Narciarska Strzeleckiego Klubu Sportowego — Nowy Sącz, Kunegundy 42/a (Franciszek Hołyst).

78. (VI) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Krajoznawczego — Będzin, Sączewskiego 13.

79. (VI) Sekcja Narciarska Ż. T. G. S. „Makkabi“ — Żywiec II.

80. (V) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Beskid“, Andrychów.

81. (VIII) Towarzystwo Narciarskie 2 psp. — Sanok.

85. (III) Sekcja Narciarska Ż. T. G. „Dror“ — Lwów, Sykstuska 29 (E. Fischler).

86. (V) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Krynica—Zdrój.

87. (V) Sekcja Narciarska P. T. G. „Sokół“ — Jaworzno, pow. Chrzanów (inż. Zapalski M.).

88. (III) Sekcja Narciarska Żydowskiego Koła Miłośników Krajoznawstwa — Lwów, Sakramentek 30, III p. (Henryk Seidmann) lub 3-go Maja 7.

89. (VI) Jastrzębski Klub Narciarski — Jastrzębie Zdrój.

90. (IV) Sekcja Narciarska Klubu Sport. „Makkabi“ — Nowy Targ, Sokoła 8 (Henryk Grünberg).

91. (IV) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Makkabi“ — Zakopane, skrytka pocztowa 214.

92. (III) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Hasmonea“ — Lwów, Kilińskiego 3/III.

93. (V) Sekcja Narciarska Ż. T. G. S. „Makkabi“ — Andrychów.

94. (IX) Bydgoski Klub Narciarski — Bydgoszcz, pl. Weissenhoffa 1, m. 4 (inż. L. Stenzel).

96. (III) Sekcja Narciarska i Turystyczna Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Lwów, Gipsowa 25 (Adam Turzański).

97. (I) Klub Narciarski Warszawskiego Towarzystwa Wioślarskiego — Warszawa, Pierackiego 19.

98. (V) Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa — Kraków, Piłsudskiego 13.

99. (I) Harcerski Klub Narciarski — Warszawa, Zielna 35, m. 9.

100. (V) Sekcja Narciarska Ogniska Związku Podhalan— Rabka Zdrój, Urząd Gminny (W. Bala).

101. (VI) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego — Cieszyn.

102. (V) Towarzystwo Wioślarsko-Narciarskie — Kraków, Zyblikiewicza 9 (inż. Juljusz Propst, tel. 182-88).

103. (V) Sekcja Narciarska Krakowskiego Klubu Tenisowego — Kraków, Słowackiego 6/4 (Nussbaumówna Z.).

104. (VI) Towarzystwo Przyjaciół Zwardonia O. N. „Rachowiec“ — Zwardoń.

105. (V) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Chrzanów (Majchrowicz Zbigniew).

106. (IV) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Hagibor“ — Zakopane, skrytka pocztowa 225.

107. (V) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół“ — Nowy Sącz, Miejska Komunalna Kasa Oszczędności (Stefan Krajewski).

108. (III) Okręgowa Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Stanisławów, P. K. P., Oddział Drogowy (Bronisław Niewiński).

109. (III) Sekcja Narciarska Związku Oficerów Rezerwy — Lwów, Halicka 19/I p.

112. (V) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół“ — Tarnów, pl. Sobieskiego 2 (kpt. Frączkiewicz Lucjan).

113. (V) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Gimnastyczno-Sportowego „Samson“ — Tarnów, skrytka pocztowa 150.

114. (V) Sekcja Narciarska Ż. T. G. „Makkabi“ — Chrzanów, Al. Henryka (Helena Zając).

115. (V) Oddział Narciarski „Sokoła“ — Kraków—Podgórze, Sokolska 17.

116. (V) Sekcja Narciarska Ż. T. G. S. „Makkabi“ — Wadowice (Alfred Wischik).

117. (VI) Klub Narciarski — Kęty, Drogerja (L. Walentyński).

118. (VIII) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół“ — Jasło, Kasa Oszczędności (Tadeusz Garbacik).

119. (VIII) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół“ — Krosno, Staszica 102 (St. Bergman).

120. (X) Sekcja Narciarska Amatorskiego Klubu Sportowego „Bona“ — Krzemieniec, Trynitarska 4 (Michał Rysz).

121. (X) Sekcja Narciarska Żydowskiego Klubu Sportowego „Hasmonea" — Krzemieniec, Czackiego 10 (Fiszman Chaim).

122. (X) Sekcja Narciarska Policyjnego Klubu Sportowego „Horyń" — Krzemieniec, Powiatowa Komenda P. P.

123. (X) Sekcja Narciarska Krzemienieckiego Klubu Sportowego — Krzemieniec, Zarząd Drogowy.

124. (I) Sekcja Narciarska Klubu Wioślarskiego „Wisła", Warszawa, Nowy Świat 67, Kasyno Urzędników Państw.

125. (IX) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Gdynia" — Gdynia, skrytka pocztowa 81.

128. (VIII) Towarzystwo Narciarskie 6 psp. — Sambor, 6 psp.

131. (III) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Krajoznawczego w Polsce — Lwów, pl. Marjacki 5, I sch. III p.

132. (VIII) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego Wychowania Fizycznego „Biali" — Borysław, skrytka pocztowa 104 (Seiner Stefan).

133. (VI) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Gimnastyczno-Sportowego „Kadimah" — Oświęcim, pl. Kościuszki 6 (W. Turner).

134. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Pracowników Przem. i Handl. — Starachowice, skrytka pocztowa 29.

136. (III) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Strzelec" — Tarnopol, Urząd Skarbowy (inż. Martynowski).

137. (III) Sekcja Narciarska Wojskowo-Cywilnego Klubu Sportowego „Pogoń" — Stryj, 53 p. p. (por. Bysko Stanisław).

139. (IV) Sekcja Narciarska Powiatowego Związku Strzeleckiego — Nowy Targ, Rynek.

140. (IV) Sekcja Narciarska Towarzystwa Sportowego „Wisła" — Szczawnica, pensjonat „Sobieski".

143. (VI) Klub Narciarski — Milówka.

144. (V) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Gimnastycznego — Kraków, Orzeszkowej 7.

146. (V) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Gorlice.

147. (VII) Sekcja Narciarska W. K. S. 41 p. p. im. J. Piłsudskiego — Suwałki.

149. (X) Oddział Narciarski przy Zjednoczeniu Organizacyj Społecznych powiatu krzemienieckiego — Krzemieniec, Dyrektorska 29 (Berger Aleksander).

150. (V) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Cracovia" — Kraków, Wielopole 4.

151. (V) Okocimski Klub Narciarski — Okocim.

152. (I) Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Warszawa, Chałubińskiego 4, pokój 105.

153. (V) Sekcja Narciarska Związku Oficerów Rezerwy — Kraków, Słoneczna 10, m. 10, tel. 181-22.

154. (I) Sekcja Narciarska PTT — Warszawa, Żórawia 9.

155. (I) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Poznań, Dyrekcja Kolei Państwowych, Skarbowa 10.

156. (II) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego „Śmigły" — Wilno 11, Koszary 1 Brygady Leg.

158. (III) Sekcja Narciarska PTT — Lwów, Akademicka 23.

159. (VIII) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Gimnastyczno-Sportowego „Betar" — Drohobycz, Słowackiego 13/c. (Halberstein).

160. (IV) Narciarski Klub Zjazdowy — Zakopane, skrytka pocztowa 126.

161. (VI) Sekcja Narciarska Strzeleckiego Klubu Sportowego — Cieszyn, Błogocka 30 (Bolesław Korczyk).

162. (VI) Sekcja Narciarska Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Katowice, ks. Damrota 8 (Adres dla korespondencji: Powstańców 49, Skórkiewicz).

163. (VI) Sekcja Narciarska przy Klubie Sportowym „Stadjon" — Chorzów I, ul. Katowicka 28 (Kowalczyk).

164. (VI) Sekcja Narciarska przy Związku Strzeleckim — Bystra n/Śl., Nr. 67 (Śliwa Józef).

165. (VI) Sekcja Narciarska PTT — Skoczów (Matuszkówna Zuzanna).

166. (VI) Sekcja Narciarska PTT w Zagłębiu Dąbrowskiem — Sosnowiec, Modrzejewska 32/III (L. Łogiewa).

167. (VIII) Sekcja Narciarska Wojskowo-Cywilnego Klubu Sportowego „Ognisko“ — Jarosław, Magistrat.

168. (VIII) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego — Kielce (Wasung Aleksander — z listami Banku Polskiego w Kielcach).

169. (VIII) Rzeszowskie Towarzystwo Narciarskie — Rzeszów, Mickiewicza 21 (T. Rothenberżanka).

170. (VIII) Ostrowieckie Koło Narciarskie — Ostrowiec, Komenda Garnizonu (mjr. Hendrich Józef).

171. (VIII) Towarzystwo Narciarzy przy Starachowickim Klubie Sportowym — Wierzbnik, Komenda Garnizonu (mjr. Lucjan Trzebiński).

173. (V) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego 1 psp. — Nowy Sącz.

174. (VI) Harcerski Klub Narciarski — Katowice, Francuska 12/I.

175. (I) Sekcja Narciarska PTT — Łódź, Piotrkowska l. 125.

176. (VI) Sekcja Narciarska PTT — Częstochowa, I-a Aleja 14.

177. (IX) Chodzieski Klub Narciarzy — Chodzież, Mickiewicza 15.

178. (I) Sekcja Narciarska Polskiego Touring Klubu — Warszawa, Kredytowa 5.

179 (VII) Sekcja Narciarska Białostockiego Klubu Sportowego „Jagiellonja“ — Białystok, Pierackiego 9.

180. (IV) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Podhale“ — Nowy Targ.

182. (V) Sekcja Narciarska Polskiego Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół“ — Kraków, Piłsudskiego 27.

183. (V) Sekcja Narciarska Oddziału Sportowego Towarzystwa Urzędników Miejskich — Kraków, Al. Krasińskiego 18.

184. (VI) Sekcja Narciarska Żydowskiego Towarzystwa Krajoznawczego w Polsce — Nowy Sącz, Jagiellońska 29 (Józef Strenper).

185. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Podbuż k/Sambora (Kordasiewicz Józef).

186. (VIII) Sekcja Narciarska PTT — Iwonicz Zdrój.

187. (X) Sekcja Narciarska Wołyńskiego Towarzystwa Krajoznawczego i Opieki nad Zabytkami Przeszłości — Łuck, Al. B. Chrobrego 15.

188. (III) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Lwów, Zyblikiewicza 33.

189. (IX) Klub Narciarski — Chełmża.

190. (IV) Oddział Narciarski T. G. „Sokól" — Nowy Targ (dr. Lisowski J.).

191. (I) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego „Zoliborz" — Warszawa, Cieszkowskiego 4.

192. (I) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego „Prosna" — Kalisz, 25 Dywizja Piechoty.

193. (I) Sekcja Narciarska Warszawskiego Klubu Sportów Wodnych „Nurt" — Warszawa, Ś-to Krzyska 9, m. 18.

194. (I) Sekcja Narciarska Ż. K. S. „Makkabi" — Łódź, Kościuszki 21.

195. (VI) Sekcja Narciarska Żydowskiego Stowarzyszenia Gimnastyczno-Sportowego „Makkabi" — Częstochowa, Katedralna 13.

196. (III) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Strzelec" — Broszniów, p. Krechowice (J. Jacób).

197. (III) Sekcja Narciarska Akademickiego Oddziału Związku Strzeleckiego — Lwów, Kurkowa 12.

198. (III) Sekcja Narciarska Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego — Lwów, Łyczakowska 5, parter.

199. (IV) Klub Narciarski „Bukowina" — Bukowina Tatrzańska (Kobierski Adam).

200. (VI) Sekcja Narciarska Kolejowego Przysposobienia Wojskowego — Katowice, Dyr. Okr. Kolei Państw., pokój 223 (Matyj Franciszek).

202. (VIII) Oddział Narciarsko-Kajakowy Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Zagórz, k/Sanoka.

203. (VIII) Oddział Narciarsko-Kajakowy Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół" — Sanok, Mickiewicza.

204. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Drohobycz, Dom Legjonowo-Strzelecki.

205. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Łańcut.

206. (VIII) Sekcja Narciarska Związku Strzeleckiego — Ustrzyki Dolne.

207. (X) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Strzelec" — Janowa Dolina, Wołyń, powiat kostopolski.

208. (V) Sekcja Narciarska Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży Męskiej — Kraków, Straszewskiego 18.

209. (I) Klub Narciarski „Skimka" — Warszawa, Konopnickiej 6.

210. (VI) Sekcja Narciarska Klubu Kajakowego „Chorzowianka" — Chorzów, Państwowa Fabryka Związków Azotowych.

211. (I) Sekcja Narciarska Klubu Wioślarskiego „Syrena" — Warszawa, Senatorska 35, m. 67 (Radzio Kazim.).

212. (III) Sekcja Narciarska PTT — Stryj, Sobieskiego 10.

213. (I) Oddział Narciarski Sekcji Sportowej Bratniej Pomocy Słuchaczy CIWF — Warszawa, Bielany.

214. (I) Sekcja Narciarska Szkoły Podchorążych Piechoty — Ostrów Mazowiecki.

215. (III) Sekcja Narciarska Worochciańskiego Klubu „Prut" — Worochta.

216. (IX) Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego „Gryf" — Toruń, skrytka pocztowa 117 (Dom Żołnierza, Woda Zamkowa).

217. (IX) Sekcja Narciarska Koła Sportowego 4 Pułku Lotniczego — Toruń, 4 pułk lotn.

218. (V) Sekcja Narciarska T. S. O. „Fablok" — Chrzanów.

219. (V) Narciarski Klub Lotniczy — Rakowice (koło Krakowa), 2 pułk lotn.

220. (I) Klub Narciarski Oficerów Geografów — Warszawa, Al. Jerozolimskie 91 („W. I. G.").

221. (I) Sekcja Narciarska Klubu Sportowego „Geyer" — Łódź, Piotrkowska 289.

222. (VIII) Leskie Towarzystwo Narciarskie — Lesko.

CZŁONKOWIE HONOROWI
Polskiego Związku Narciarskiego

1. Inż. Bobkowski Aleksander — Warszawa.
2. Red. Faecher Stanisław — Kraków.

TOWARZYSTWO KRZEWIENIA NARCIARSTWA

Prace Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa idą w dwu kierunkach — **krzewicielskim oraz turystycznym.** Na polu ułatwiania ruchu turystycznego dokonało Towarzystwo wielu inwestycyj, które stanowią poważny dorobek narciarstwa polskiego.

Są to przedewszystkiem **stacje turystyczno-narciarskie,** zorganizowane przez T. K. N. w liczbie około 130, **stacje ratowniczo-narciarskie,** założone przez T. K. N. w 20 schroniskach górskich, ponadto **stacje obserwacyj niwalnych** w liczbie około 180.

Na polu wydawnictw turystycznych dorobek T. K. N. wyraża się w postaci ogłaszania **„Komunikatów śniegowych“,** publikowania narciarskich map plastycznych, **przewodników** po terenach nizinnych i górskich, oraz wydawnictw, propagujących górskie tereny polskie, również w obcych językach.

Doroczny **„Kolejowy rajd narciarski“** wzdłuż Karpat, w którym uczestniczą liczni goście z zagranicy, odbędzie się w tym roku po raz piąty, w czasie od 19—29 lutego 1936.

Na polu krzewicielskiem trzeba zanotować w minionym sezonie **rozdanie wśród młodzieży szkolnej ponad 160 par nart,** urządzenie 24 **narciarskich kursów wędrownych,** z udziałem ponad 800 dzieci, oraz wypożyczenie kilkuset par nart młodzieży szkolnej i organizacjom młodzieży na okres wakacyj zimowych.

Towarzystwo dało również inicjatywę do urządzenia **kursu pierwszej pomocy w nieszczęśliwych wypadkach i ratownictwa zimowego dla dzierżawców schronisk górskich,** jak również przeprowadzenia wielu urzą-

dzeń ochronnych zapobiegających nieszczęśliwym wypadkom.

Każdy polski narciarz winien popierać Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa, wykupując odznakę krzewicielską tej organizacji. (Kraków, ul. Piłsudskiego 13, tel. 128-38).

* * *

Oprócz zapowiedzianego „rajdu" kolejowo-narciarskiego, przewidziana jest organizacja wielu popularnych pociągów narciarskich, u dzanych wspólnie z Ligą Popierania Turystyki z Warszawy, Krakowa i Katowic do: Zakopanego, Wisły, Zwardonia, Sianek, na Pilsko, Turbacz, Babią Górę oraz Czarnohorę. Z imprez tych należy zwrócić uwagę na dwa krótkie „Rajdy": 1—3 lutego 1936 — Pilsko-Babia Góra-Turbacz i 11—13 marca 1936 — w Czarnohorę.

II. WYSZKOLENIE

ORGANIZACJA NARCIARSKIEGO SZKOLENIA

CENTRUM WYSZKOLENIA P.Z.N.

Całokształt spraw wyszkoleniowych w Polskim Związku Narciarskim ujęty jest organizacyjnie, w wydanych dnia 15-go stycznia 1935 i obowiązujących nadal **„Zasadach akcji wyszkoleniowej Polskiego Związku Narciarskiego“**. Zasady te, składające się z regulaminowych **„wytycznych“** dla akcji wyszkoleniowej, z **„zasad organizacyjnych“** dla honorowych i zawodowych nauczycieli narciarstwa, oraz **„przepisów porządkowych“** — stanowią główne normy, regulujące akcję wyszkoleniową w P.Z.N. Uzupełnieniem ich jest ogłaszany co roku program kursów i obozów i rozporządzenia szczegółowe.

Kierownictwo ogólne oraz kontrola nad narciarskiem wyszkoleniem leżą **wyłącznie w zakresie działania Komisji Sportowej P. Z. N.** oraz ustanowionych przez nią organów. Dla bezpośredniego wykonania zadań wyszkoleniowych, powołuje K. S. P.Z.N. specjalną instytucję pod nazwą **„Centrum Wyszkolenia“**, która to nazwa zastrzeżona jest wyłącznie dla instytucji związkowej.

Zadania Centrum Wyszkolenia obejmują: 1) **przygotowanie drużyny reprezentacyjnej** (olimpijskiej), 2) kontrola **kursów instruktorskich, trenerskich i przeszkalających** wraz z określaniem kontyngentu nauczycieli w każdym Okręgu narciarskim, 3) ustalanie i ujednostajnianie **metod nauczania jazdy na nartach** dla wszystkich kategoryj narciarzy, wraz z opracowywaniem **ogólnych zasad szkolenia** tudzież ustalaniem corocznych rozkładów **kursów i obozów**, 4) kontrolowanie działalności **szkół narciarskich**, autoryzowanych przez Polski Związek Narciarski, 5) organizowanie **opieki lekarskiej** nad zawodnikami i przeprowadzanie badań o charakterze naukowym.

Wszystkie instytucje Polskiego Związku Narciarskiego zajmujące się szkoleniem a w szczególności: Okręgi narciarskie, poszczególne Towarzystwa związkowe, oraz organizacje specjalnie do tego przez P.Z.N. upoważnione — **są obowiązane do bezwzględnego przestrzegania całokształtu norm wyszkoleniowych** pod rygorem kar, przewidzianych w regulaminach i przepisach Polskiego Związku Narciarskiego.

Centrum Wyszkolenia podaje do wiadomości, że ze względu na wielkie znaczenie akcji wyszkoleniowej, **stosować będzie rygorystyczną kontrolę,** oraz nie cofnie się przed bardzo surowemi środkami, mającemi na celu zapewnienie energicznej i skutecznej akcji wyszkoleniowej.

„Zasady akcji wyszkoleniowej Polskiego Związku Narciarskiego", które są **oficjalną instrukcją Polskiego Związku Narciarskiego,** zatwierdzoną do użytku we wszystkich instytucjach P.Z.N., nabyć można **w biurze Polskiego Związku Narciarskiego** (Kraków, ul. Piłsudskiego 13).

PRAWA I OBOWIĄZKI NAUCZYCIELI NARCIARSTWA P. Z. N.

(Wyciąg z zasad organizacyjnych dla honorowych i zawodowych nauczycieli narciarstwa P.Z.N.)

Na zasadzie obowiązujących norm organizacyjnych związkowej akcji wyszkoleniowej — **nauki jazdy na nartach udzielać mogą wyłącznie ci nauczyciele** jazdy na nartach, którzy złożyli przepisany **egzamin przed Komisją Egzaminacyjną P.Z.N.**, otrzymali **patent Polskiego Związku Narciarskiego** z potwierdzeniem powołanej władzy wychowania fizycznego, znajdują się na **liście nauczycieli narciarstwa**, ogłoszonej oficjalnie przez P.Z.N. i posiadają **ważną legitymację instruktorską**, wydaną przez P.Z.N. przy równoczesnem posiadaniu **„czarnej" legitymacji P.Z.N.** z nalepką ważności na dany sezon.

Ze względu na kwalifikacje techniczne, nauczyciele tak honorowi jak i zawodowi, dzielą się na następujące stopnie: 1) **trener**, 2) **pomocnik trenera**, 3) **instruktor**, 4) **instruktor narciarstwa nizinnego**, 5) **pomocnik instruktora**, 6) **pomocnik instruktora narciarstwa nizinnego.** Nauczyciele wszystkich kategoryj i stopni podlegają pod względem **dyscyplinarnym, ewidencyjnym i wyszkoleniowym — Komisji Sportowej P. Z. N.** lub organowi przez tę Komisję do tego celu powołanemu. (Centrum Wyszkolenia P.Z.N.).

Nauczycielami narciarstwa wszystkich kategoryj i stopni mogą zostać tylko osoby **zdrowe fizycznie, o nieskazitelnej przeszłości sportowej, odpowiedniego charakteru i poziomu moralnego, i muszą dawać pewność, że będą czynnie zajmowały się szkoleniem.** Nauczyciele narciarstwa wszystkich kategoryj i stopni, **winni czynnie zajmować się organizacyjną pracą w narciarstwie,** tak w zakresie sportu jak i turystyki, jak wreszcie w kierunku krzewicielskim.

Egzaminy na nauczycieli narciarstwa przeprowadzają **Komisje Egzaminacyjne**, urzędujące stale przy Okręgach narciarskich, lub Komisje Nadzwyczajne, powołane przez K.S. P.Z.N. w uznanych przez nią wypadkach.

Egzaminy są teoretyczne i praktyczne a ich zakres dla każdego stopnia nauczycieli narciarstwa, określony jest szczegółowo w **„zasadach organizacyjnych dla honorowych i zawodowych nauczycieli narciarstwa P.Z.N.“**

Egzaminowani i oficjalnie mianowani nauczyciele narciarstwa upoważnieni są:

Pomocnik instruktora upoważniony jest: do samodzielnego nauczania narciarstwa w grupie nie wyżej jak 10 osób, do nauczania indywidualnego, do pracy w większym kursie w charakterze pomocnika, jednakże bez uprawnień kierownika kursu. Po dwuletnim okresie stwierdzonej działalności pomocnik instruktora może być dopuszczony do egzaminu na instruktora.

Instruktor uprawniony jest: do organizowania większych kursów, tak w Towarzystwach związkowych, jak i w innych organizacjach, oraz na własną rękę. Dla urządzenia kursu instruktorskiego musi otrzymać specjalne zezwolenie Komisji Sportowej P.Z.N. Po dwuletnim okresie stwierdzonej działalności, instruktor może być dopuszczony do egzaminu na pomocnika trenera.

Pomocnik trenera uprawniony jest: do prowadzenia treningów w mniejszym zakresie, w grupie nie wyżej jak 10 osób i w ramach nie większych jak jednego Towarzystwa. Uprawniony jest do nauczania indywidualnego i może być użyty na większych kursach treningowych, w charakterze pomocnika. Po dwuletnim okresie stwierdzonej działalności, pomocnik trenera może być dopuszczony do egzaminu na trenera.

Trener uprawniony jest: do samodzielnego prowadzenia treningów sportowych bez względu na ilość uczniów, tak w Towarzystwach jak też w innych organizacjach, oraz na własną rękę. Na prowadzenie kursu trenerskiego musi otrzymać specjalne zezwolenie Komisji Sportowej P.Z.N.

Polski Związek Narciarski nie uznaje, poza nauczycielami egzaminowanymi i mianowanymi przez instytucje związkowe, **żadnych innych uprawnień** do nauczania jazdy na nartach w ramach akcji związkowej. Osoby nie egzaminowane i nie mianowane przez P.Z.N. nauczycielami narciarstwa, a udzielające nauki jazdy na nartach, uważane są przez P.Z.N. za szkodzące narciarstwu i z tego powodu **będą dyskwalifikowane,** o ile należą do któregokolwiek Towarzystwa, zrzeszonego w Polskim Związku Narciarskim.

Wszyscy mianowani i umieszczeni na oficjalnej liście

instruktorów P.Z.N. nauczyciele narciarstwa — uprawnieni są do noszenia **odznaki nauczycielskiej**, którą nabyć można w biurze P.Z.N. (Kraków, ul. Piłsudskiego 13).

Wszyscy nauczyciele narciarstwa muszą być bezwzględnie zrzeszeni w Polskim Związku Narciarskim i posiadać legitymację („czarną") z nalepką ważności na dany sezon. Legitymacja nauczyciela narciarstwa, bez równocześnie okazywanej członkowskiej legitymacji P.Z.N.(„czarnej") z nalepką na dany sezon — jest nieważna, a nauczyciele niezrzeszeni, **zostaną skreśleni z oficjalnej listy instruktorów P.Z.N.**

Po okresie trzechletnim od daty mianowania nauczycielem — nauczyciel każdego stopnia obowiązany jest przedłożyć swą **legitymację nauczycielską do odnowienia**, którego dokonuje Centrum Wyszkolenia P.Z.N. Równocześnie należy przedłożyć **zaświadczenie zarządu właściwego Okręgu narciarskiego, że dany nauczyciel w ciągu ostatniego trzechlecia, był czynnie zajęty szkoleniem.** Nauczyciele, którzy tego obowiązku nie dopełnią, lub nie uzyskają zaświadczeń Okręgu narciarskiego, **zostaną skreśleni z oficjalnej listy.**

Wszyscy nauczyciele narciarstwa są zobowiązani do podawania pod adresem Centrum Wyszkolenia P.Z.N. (Kraków, Piłsudskiego 13) ewentualnych zmian swego miejsca zamieszkania, celem utrzymania prawidłowej ewidencji.

KAŻDY NARCIARZ
WINIEN BYĆ ZRZESZONY
W TOWARZYSTWIE
NALEŻĄCEM DO
POLSKIEGO ZWIĄZKU
NARCIARSKIEGO

KOMISJE EGZAMINACYJNE DLA NAUCZYCIELI NARCIARSTWA

Komisja Sportowa P.Z.N. zatwierdziła na podstawie „Zasad akcji wyszkoleniowej P.Z.N." na sezon 1935/6 poniższe Komisje Egzaminacyjne dla nauczycieli narciarstwa.

a) Komisje okręgowe:

I. Warszawski Okręg P.Z.N.: płk. Barzykowski Stanisław, kpt. Frühauf Marjan, mjr. Jiruszka Henryk, kpt. dr. Mazurek Józef, płk. Sosabowski Stanisław, inż. Schiele Aleksander, dr. Wyżykowski Stanisław.

II. Wileński Okręg P.Z.N.: dyr. Szwykowski Ludwik, inż. Grabowiecki Jan.

III. Lwowski Okręg P.Z.N.: Kullmann Karol, prof. dr. Klemensiewicz Zygmunt, Lankosz Józef, Rodzynkiewicz Ryszard, Szczepanowski Jan.

IV. Podhalański Okręg P.Z.N.: inż. Schiele Kazimierz, Górski Stanisław, Ritterschild Zdzisław, Zdyb Stanisław, Oppenheim Józef, Służewski Stanisław, Paudyn Tadeusz, Zylberman Leopold, Mangel Leon, Rozmus Aleksander.

V. Krakowski Okręg P.Z.N.: dr. Kowenicki Stanisław, mgr. Bośniacki Zygmunt, mgr. Christoff Otto, dr. Wajda Stanisław, mgr. Nitribitt Roman, Nowikow Andrzej, Radkiewicz Stefan.

VI. Śląski Okręg P.Z.N.: prof. Kisieliński Stefan, prok. mgr. Rieger Andrzej, prof. Kozdruń Mieczysław, prof. Rybicki Stanisław.

VII. Grodzieński Okręg P.Z.N.: skład Komisji zostanie ustalony w komunikacie P.Z.N.

VIII. Przemyski Okręg P.Z.N.: por. Folwarczny Roman, por. Kaliński Jan, inż. Karpiel-Łękawski Jerzy, kpt Krannerwetter Alojzy, por. Witkowski Edmund.

IX. Pomorski Okręg P.Z.N.: pułk. Nakoniecznikoff Przemysław, Kijanówna Janina, por. Rutkowski Jan, dr. Monne Mieczysław, kpt. Janicki Zygmunt, kpt. Spyrak Stanisław.

X. Wołyński Okręg P.Z.N.: prof. Kozłowski Juljan, Gronowski Ludwik, prof. Stankiewicz Stanisław, por. Dziewulak Wacław.

b) Komisje nadzwyczajne:

Komisja Egzaminacyjna Studjum Wychowania Fizycznego U.J. w Krakowie: prof. Leszko Ludwik, mgr. Christoff Otto, mgr. Lubaczewski Marjan, dr. Wajda Stanisław, Zawiła Stanisław.

Komisja Egzaminacyjna Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego w Warszawie (Bielany): skład Komisji zostanie ustalony w komunikacie P.Z.N.

* * *

W skład każdej Komisji Egzaminacyjnej wchodzi z głosem stanowczym delegat właściwego Okręgowego Urzędu Wychowania Fizycznego i P.W., który potwierdza wystawione przez P.Z.N. legitymacje instruktorskie.

* * *

Wszy_ecy nauczyciele narciarstwa umieszczeni na liście oficjalnej obowiązani są podać K.S. P.Z.N. (Kraków, J. Piłsudskiego 13) do 1. V. 1936 — swą przynależność klubową, oraz numer legitymacji czarnej i numer nalepki P.Z.N., pod rygorem skreślenia z listy.

OFICJALNA LISTA NAUCZYCIELI NARCIARSTWA NA SEZON 1935/36 MIANOWANYCH PRZEZ P.Z.N.

Na sezon 1935/36 skreśliła Komisja Sportowa P.Z.N. z poniższej listy, tych nauczycieli narciarstwa P.Z.N., którzy nie zastosowali się do wymagań i nie przedłożyli dowodu przynależności do P.Z.N. Skreśleni nauczyciele, którzy w ciągu sezonu przedłożą taki dowód (Nr. nalepki na „czarną" legitymację P.Z.N.), mogą być ponownie umieszczeni na liście w sez. 1936/7.

Nauczyciele narciarstwa umieszczeni na poniższej liście winni przesyłać dowody przynależności związkowej w sezonie 1935/6 najpóźniej do 1 maja 1936 r. Brak spełnienia tego warunku spowoduje skreślenie z listy z końcem sezonu 1935/6 i pominięcie w Kalendarzu na rok 1936/7.

I. TRENERZY

Czech Bronisław (Zakopane), **Jakubowski** Zbigniew (Warszawa), **por. Kasprzyk** Artur (Katowice), **dr. Lankosz** Józef (Lwów), **mjr. Łucki** Jerzy (Rembertów), **Żytkowicz** Władysław (Warszawa).

II. POMOCNICY TRENERÓW

Bernaś Bronisław (Lwów), **Besner** Izrael (Lwów), **Chlipalski** Lesław (Lwów), **Gajduszek** Leopold (Bielsko). **Gazurek** Ignacy (Ustroń), **Gronowski** Ludwik (Krzemieniec), **Katz** Tobiasz (Kraków), **Kruk** Jan (Lwów), **inż. Kurpiel-Łękawski** Jerzy (Łuck), **Masłyk** Rudolf (Sianki), **Radkiewicz** Stefan (Zakopane), **Rozmus** Aleksander (Zakopane), **inż. Stobiecki** Tadeusz (Lwów), **Szczepanowski** Jan (Lwów), **Szotkowski** Władysław (Cieszyn), **Teisseyre** Andrzej (Lwów), **Turoń** Rudolf (Ustroń), **por. Vieweger** Rufin (Puławy), **por. Wodziński** Tadeusz (Włodzimierz), **Woyna** Stanisław (Gdańsk).

III. INSTRUKTORZY

I. Warszawski Okręg P. Z. N.:

(W = Warszawa; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Bajorek Edward (W), mgr. **Balcer** Mieczysław (Kościan), **Baran** Tadeusz (W), płk. **Barzykowski** Stanisław (W), por. **Bidas** Michał Wincenty (Brześć n/B), inż. **Bobkowski** Aleksander (W), **Borzęcki** Mieczysław (Poznań), **Bryniczka** Jan (Kutno), por. **Czerniawski** Roman (W), **Daniel** Bernard (W), **Dębski** Mieczysław (W), **Dmochowski** Stefan (W), kpt. **Frühauf** Marjan (W), por. **Godek** Włodzimierz (W), **Heinrich** Antoni (maj. Pieścidła), **Hoffman** Wojciech (W), **Iwaszkiewiczówna** Halina (W), **Jabrzemski** Marjan (W), **Jachimczuk** Józef (Międzyrzec), **Janicki** Zbigniew (W), **Jesionka** Zygmunt (W), **Kaja** Tadeusz (Lublin), por. **Kasprzyk** Alfred (W), **Kawa** Franciszek (W), mjr. dypl. **Kempski** Stanisław (W), **Koch** Edward (W), por. **Koleśnik** Józef (Legjonowo k/Warszawy), ppor. **Kołaczkowski** Wojciech (W), por. **Konarzewski** Henryk (W), kpt. **Kropiński** Adam (Poznań), por. **Królikowski** Zdzisław (Poznań), ppor. **Kulbicki** Walerjan (W), por. **Kwaśnica** Edward (W), **Lardelli** Aleksander (W), płk. **Lewakowski** Jerzy (W), **Lisikiewicz** Jan (Rembertów), kpt. **Lubicz-Nycz** Leszek (Poznań), **Makowski** Leszek (W), **Makowski** Michał (W), **Malinowski** Stanisław (W), dr. **Mazurek** Józef (W), **Miecznikowski** Jerzy (Poznań), **Mihułkówna** Genofefa (Lublin), **Miłobędzki** Adam (W), kpt. **Müller** Maksymiljan (W), **Nowak** Henryk (Szamotuły), inż. **Osiecki** Stefan (W), **Prószyński** Jerzy (W), **Prytyś** Władysław (Poznań), **Przybysławski** Zbigniew (W), **Raburski** Józef (Zbąszyń), **Rayski** Zygmunt (W), **Ruppenthal** Wilhelm (Łódź), **Rusiecki** Marek (W), **Sagański** Adam (Poznań), inż. **Schiele** Aleksander (W), **Skład** Jan (W), **Składowa** Hilda (W), por. **Skonieczny** Konstanty (W), **Skotnicki** Franciszek (W), inż. **Smoluchowski** Wilhelm (Natalin), **Sosabowski** Stanisław (W), dr. **Szatkowski** Henryk (W). por. **Szumowski** Zygmunt (Ostrów Maz.), **Ter-Gazerówna** Helena (W), rtm. **Tuczemski** Adam (W), **de Walden** Stefan (W), **Werner** Witold (W), kpt. **Wierszyłło** Henryk (Poznań), **Wiślińska** Helena (Brześć n/B).,

por. Zaleski Stanisław (Poznań), **gen. Zaruski** Marjusz (W), **Zieliński** Antoni (W), **inż. Zienkowicz** Jan Marjan (W), **ppłk. Ziętkiewicz** Władysław (W).

II. Wileński okręg P. Z. N.:

(Wl = Wilno; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu)

Buchner Feliks (Kobryń), **Grabowiecki** Jan (Wl), **ppłk. Kurcz** Stanisław (Kleck), **kpt. Leszczyński** Stanisław (Porubanek k/Wilna), **Nieciecki** Jarosław (Wl), **Pietkiewicz** Konstanty (Wl), **por. Prus** Stanisław (Głębokie), **por. Więckowski** Stanisław (Dukszty).

III. Lwowski okręg P. Z. N.:

(L = Lwów; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu)

Por. Antonów Jan (Kołomyja), **dr. Bialikiewicz** Stanisław (L), **Bienstock** Jakób (Stryj), **Bysko** Stanisław (Stryj), **Bystrzanowska** Stefanja (L), **por. Chełchowski** Piotr (Stanisławów), **Ciesielski** Tadeusz (Rafajłowa), **Czaykowski** Igor (Stanisławów), **Englert** Kazimierz (L), **Głodkiewicz** Mieczysław (L), **Górawski** Ludwik (Stanisławów), **por. Halka** Władysław (Stryj), **Harlik** Bruno (Stanisławów), **por. Jaworski** Zbigniew (Stanisławów), **kpt. Klemens** Rudolf (L), **prof. dr. Klemensiewicz** Zygmunt (L), **Klepacki** Franciszek (L), **Kozło** Włodzimierz (L), **Koli** Edmund (Pleśniany), **Kupniewski** Edmund (Stryj), **Laska** Józef (Worochta). **Lenkiewicz** Adam (L), **Lubieniecki** Stanisław (L), **Łazówna** Bronisława (L), **Łukowska** Alina (L), **Majchrowiczówna** Anna (L) **dr. Majewski** Wacław (L), **Makowiecki** Wincenty (Stanisławów), **Matlak** Marjan (L), **Michowicz** Zdzisław (Kołomyja), **Miśków** Bolesław (Stryj), **Obfidowiczowa** Anna (L), **Ogielski** Franciszek (Stanisławów), **dr. Owiński** Tadeusz (L), **Pawłowski** Leszek (L), **Radło** Józef (L), **Rodzynkiewicz** Ryszard (L), **dr. Rucker** Zygmunt (L), **Schindler** Zdzisław (L), **por. Siekierski** Marjan (Stryj), **por. Słaby** Franciszek (Kołomyja), **Stawnyczyj** Michał (Brzeżany), **inż. Szczepanowski** Stanisław (L), **Śmiałowski** Antoni (L), **por. Świecimski** Józef (Stanisławów), **Teisseyre** Stanisław (L), **Turski** Stanisław (L), **Turzański** Adam (L), **Uwierzanka** Irena (L), **Uwierzanka** Marja

(L), **plut. Wacnik** Jan (Stryj), **inż. Walczak** Janusz (L), **Waniak** Rudolf (Stanisławów), **Westfalewicz** Stanisław (L), **Zaliwska** Halina (Tarnopol), **Zarugiewicz** Wacław (L).

IV. Podhalański okręg P. Z. N.:

(Z = Zakopane; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Bigosz Kazimierz (Z), **Bujak** Franciszek (Z), **Bujak** Józef (Z), **Bujak** Ignacy (Z), **Czech** Władysław (Z), **Faden** Józef (Z), **Firsoff** Włodzimierz (Z), **Gawlikowski** Eugenjusz (Z), **Gąsienica-Byrcyn** Stanisław (Z), **inż. Horowitz** Dawid (Z), **Jabłoński** Michał (Z), **Joniec** Marjan (Z), **Kącik** Zbigniew (Z), **Kądziołka** Tadeusz (Z), **Kmietowicz** Michał Józef (Z), **Kobierski** Adam (Bukowina k/Zakopanego), **Krzeptowski** Andrzej I. (Z), **Krzeptowski** Józef (Z), **Kuraś** Józef (Z), **Kowalski** Mieczysław (Z), **Lachman** Odo (Z), **Leisten** Zygmunt (Z), **Lorek** Karol (Z), **Malczewski** Rafał (Z), **Mangel** Leon (Z), **Marusarz** Jan (Z), **Marusarz** Jędrzej sen. (Z), **Marusarz** Stanisław (Z), **Merlińska** Marja (Z), **Mieloch** Mieczysław (Z), **Mietelski** Władysław (Z), **Motyka** Stanisław (Z), **Naorniakowski** Antoni (Z), **Ochotnicki** Edward (Z), **Oppenheim** Józef (Z), **Orlewicz-Woyna** Marjan (Z), **Pactwa** Stanisław (Nowy Targ), **Paudyn** Tadeusz (Z), **Pieliński** Mieczysław (Z), **Piotrowski** Stanisław (Z), **Piwok** Leonard (Z), **Polankówna Staszel** Bronisława (Z), **Radkiewicz** Bogdan (Z), **Rajski** Adam (Nowy Targ), **Ritterschild** Zdzisław (Z), **inż. Schiele** Kazimierz (Z), **Służewski** Stanisław (Z), **Stiel** Jan (Z), **Stopkówna** Zofja (Z), **Szaliński** Józef (Z), **Wawrytko Krzeptowski** Andrzej (Z), **Zdyb** Stanisław (Z), **Ziętkiewiczowa** Ela (Z), **Zubek** Stanisław (Z), **Zylberman** Leopold (Z).

V. Krakowski okręg P. Z. N.:

(K = Kraków; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu)

Adamczak Edward (K), **Alberti** Adam (K), **Ameisen** Józef (K), **dr. Anczyc** Władysław (K), **Arczyński** Ferdynand (K), **Batkówna** Zofja (K), **mgr. Biernakiewicz** Tadeusz (K), **Biernakiewicz** Jadwiga (K), **gen. Bobkowski** Henryk (K), **dr. Boniecki** Aleksander (K), **mgr.**

Bośniacki Zygmunt (K), **mgr. Christoff** Otto (K), **Chromy** Jan (K), **inż. Chyczewski** Stanisław (K), **Cyrekówna** Bogumiła (K), **Cyrkowicz** Jerzy (K), **Cziklówna** Józefa (K), **Dubieńska** Wanda (K), **Dusik** Józef (K), **Dzikowska** Teresa (K), **Ehrlich** Markus (K), **Faccher** Stanisław (K), **Finkowa** Olga (Tarnów), **mgr. Florkiewicz** Wojciech (K), **Gisman** Antoni (K), **Grosman** Hugo (K), **Grosmanówna** Jadwiga (K), **Grzegorczyk** Władysław (Jaworzno), **dr. Hirsch** Leon (K), **Infeld** Barbara (K), **Iwelski** Stefan (K), lek. **Jaworski** Władysław (K), **Kapusta** Zygmunt (K), **Karp** Zbigniew (K), **Kędzior** Fryderyk (K), **Kippman** Kazimierz (K), **Kleczewski** Adam Tadeusz (K), **por. Kłosiński** Antoni (K), **Kołodziejczyk** Antoni (K), **Kormicki** Stefan (K), **Kotówna** Wanda (K), **dr. Kowenicki** Stanisław (K), **mgr. Kubalska** Helena (K), **Leszko** Ludwik (K), **Litwin** Henryk (K), **kpt. Loedl** Marjan (K), **Loteczkowa** Janina (K), **mgr. Lubaczewski** Marjan (K), **Łamacz** Karol (K), **Łucyk** Marjan (K), **dr. Macudziński** Bolesław (K), **mjr. Malik** Karol (K), **Matusiak** Stanisław (K), **Maurizio** Marjan (K), **Mazurówna** Helena (Batowice), **por. Medwecki** Mieczysław (K), **Mendocha** Roman (K), **mgr. Michalek** Antoni (K), **mgr. Michalekowa** Marja (K), **por. Mizerski** Witold (K), **Münnich** Tadeusz Aleksander (K), **kpt. Niedźwiecki** Kazimierz (K), **Nitribitt** Roman (Krynica), **Nowak** Stanisław (Krynica), **Nowikow** Andrzej (Krynica), **Nowińska** Zofja (K), **Olejczyk** Alfred (Andrychów), **Olszewski** Tadeusz (Wadowice), **Pańkow** Mikołaj (K), **por. Pawlik** Bruno (K), **Pfefferberg** Leopold (K), **Pisz** Bronisław (K), **Płonka** Zbigniew (K), **Profit** Franciszek (K), **inż. Ramza** Tadeusz (K), **Reizer** Stanisław (Nowy Sącz), **inż. Ritterman** Juljan (K), **Rottenberg** Dawid (K), **Rüsser** Zdzisław (K), **Sawicki-Stella** Jan Andrzej (K), **Scheuerówna** Lidja Romana (Nowy Sącz), **dr. Schlnagel** Raul (K), **Schönfeld** Ernest (K), **por. Schubert** Stefan (K), **Spiess** Tadeusz (K), **Sprung** Willi (K), **Stefański** Adam Mieczysław (K), **Sumera** Jan (Krynica), **dr. kpt. Szydłowski-Lubicz** Stanisław (K), **inż. Świszczowski** Stefan (K), **por. Teichen** Henryk (K), **Trzciński** Ludwik (K), **Trzyna** Adam (Stara Wieś), **Ustupski** Jerzy Jan (K), **dr. Wajda** Stanisław (K), **Wiśniewski** Józef (K), **dr. Załuski** Kazimierz (K), **Zawiła** Stanisław (Chrzanów), **Zobel** Reinhard (Andrychów), **Żarlikowski** Kazimierz (Krynica).

VI. Śląski okręg P. Z. N.:

Aschenbrenner Fritz (Bielsko), **Bilczewski** Wiktor (Kęty), **Budil** Hugon (Biała), **Bury** Stanisław jun. (Zwardoń), dr. **Cieszyński** Ignacy (Bielsko), **Cieślar** Michał (Wisła), **Dublaszewski** Jan (Katowice), **Fedorowicz** Edward (Biała), **Feiler** Leopold (Bielsko), **Georgiades** Wiktor (Biała), **Górny** Stanisław (Katowice), **Gruszka** Józef (Katowice), **Haratyk** Jan (Koniaków), **Hudycz** Tadeusz (Katowice), por. **Hussakowski** Antoni (Chorzów), **Hutschiński** Józef (Bielsko), inż. **Kaliciński** Eugenjusz (Katowice), **Kamieński** Juljan (Katowice), **Kempys** Antoni (Biała), **Kischa** Jan (Bielsko), **Kisieliński** Stefan (Katowice), **Klimonda** Roman (Zwardoń), **Kluzik** Korneljusz (Katowice), **Kluzik** Władysław (Katowice), **Kocur** Ferdynand (Katowice), **Kohutek** Ludwik (Katowice), **Kozdruń** Mieczysław (Katowice), **Kroker** Karol (Wisła), **König** Kurt (Bielsko), **Lauda** Herbert (Bielsko), **du Laurans** Bolesław (Katowice), **Legierski** Jan (Koniaków), dr. **Libański** Józef (Bielsko), **Lijowska** Marja (Katowice), **Lipowczan** Jan (Katowice), **Matyszkowicz** Józef (Katowice), **Mecha** Erwin (Moszczenica), **Meilich** Marjan (Katowice), **Najzarek** Zygmunt (Gierałtowice), **Nardelli** Walter (Skoczów), kpt. **Nowobilski** Albin (Bielsko), **Płonka** Franciszek (Biała), **Płonka** Józef (Kamienica), gen. **Przeździecki** Wacław (Bielsko), **Pydych** Jan (Zwardoń), **Rieger** Andrzej (Katowice), **Riegerowa** Antonina (Katowice), **Roehr** Jan Kanty (Katowice), **Rogowski** Mieczysław (Biała), **Rybicki** Stanisław (Mikołów), inż. **Scott** Malcolm (Sosnowiec), **Siekierzyński** Walter (Bielsko), **Skórkiewicz** Piotr (Katowice), **Smełty** Artur (Biała), **Socha** Stanisław (Częstochowa), kpt. **Stiller** Ernest (Bielsko), **Studencki** Kazimierz (Żywiec), **Szczepanik** Kazimierz (Katowice), **Szeligiewicz** Kazimierz (Bielsko), **Szotkowski** Emil (Mysłowice), **Szumański** Tadeusz (Katowice), **Śniegoń** Karol (Szczygłowice), **Tchórzewski** Bronisław (Żywiec), **Tyc** Edward (Milówka), **Wiener** Zygfryd (Bielsko), **Zakrzewski** Andrzej (Katowice), **Ziemba** Stanisław (Katowice).

VII. Grodzieński okręg P. Z. N.:

Dubielówna Zofja (Grodno), **Paczyński** Władysław (Białystok).

VIII. Przemyski okręg P. Z. N.:

Plut. Bosiak Piotr (Sanok), **Daniec** Juljan (Klimiec), **Jastrzębska** Cecylja (Przemyśl), **por. Kaliński** Jan Marjan (Drohobycz), **Kolankowski** Juljan (Przemyśl), **kpt. Kolasiński** Aleksander (Przemyśl), **Kressak** Emil (Równe k/Dukli), **Loewenstark** Leon (Jarosław), **por. Łabno** Edward Paweł (Sanok), **Mieloch** Kazimierz (Ćmielów), **por. Pieniak** Franciszek (Sanok), **Tereszkiewiczowa** Helena (Borysław), **Trojanowski** Edward (Monasterzec), **Wiedman** Roderyk (Przemyśl), **por. Witkowski** Edmund (Przemyśl).

IX. Pomorski okręg P. Z. N.:

Dr. Bukowski Wacław (Chełmno), **Chłopik** Tadeusz (Toruń), **Coppik** Alfred (Bydgoszcz), **kpt. Janicki** Zygmunt (Toruń), **płk. Nakoniecznikoff** Przemysław (Toruń), **dr. Niedźwirski** Emil (Bydgoszcz), **Petrusewicz** Stanisław (Gdańsk), **Rozwadowska-Kamińska** Anna (Starogard), **por. Rutkowski** Jan II. (Toruń), **kpt. Spyrlok** Stanisław (Bydgoszcz), **por. Stefanicki** Mieczysław (Toruń), **Wójcicki** Antoni (Gdynia), **Zubek** Aleksander (Trzemeszno).

X. Wołyński okręg P. Z. N.:

Por. Dziewulak Wacław (Łuck), **Kozłowski** Juljan (Krzemieniec), **por. Romański** Maciej (Hoszcza), **Süss** Marjan (Wiśniów).

IV. POMOCNICY INSTRUKTORÓW

I. Warszawski okręg P. Z. N.:

(W = Warszawa; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Bruski Jan (Poznań), **Bujalski** Bolesław (W), **Bukowski** Tadeusz (W), **Chamcówna** Zofja (W), **Chramcowa** Aleksandra (W), **Ciszek** Józef (Lublin), **Czechowicz** Stanisław (W), **Flaszyńska** Zofja (W), **Gielewski** Kazimierz (Mosina), **Grabowska** Irena (W), **Hanicka** Stanisława Danuta (W), **Heidrych** Teodor (Lublin), **Hoffman** Wojciech Teodor (W), **Horkiewicz** Ludwik (W), **Iwasz-**

kiewiczówna Helena (W), **Jabrzemski** Zygmunt (W), **Jaczewski** Jerzy (W), **Jaglarz** Józef (Zamość), **Kopycińska** Lidja (W), **Kreyser** Marja (W), **Kudławiec** Jan (W), **Landauowa** Kazimiera (W), **mgr. Lebenbaum** Gusta (Łódź), **Litwiniakówna** Stanisława (W), **Lukas** Jan (W), **Łyczywkówna** Wanda (Poznań), **Maciejewska-Hławiczka** Marja (W), **Malcher** Mieczysław (Drohiczyn), **inż. Morawski** Jan (W), **Nacholiński** Jerzy (W), **Noworyta** Stanisław (W), **Ossowski** Jerzy (W), **Piotrowska** Zofja (W), **Połoński** Andrzej (W), **Poniatowski** Andrzej (W), **Rossman** Jan (W), **mgr. Schöntahler** Stanisław (Poznań), **dr. Skotnicki** Jakób Henryk (W), **Stamatello** Krystyna (W), **Stefanowicz** Władysław (W), **Struczowski** Adam (W), **Surowiecki** Zdzisław (Ostrów), **Szajnówna** Marja (Poznań), **Szkolnik** Mieczysław (W), **Szpilfoglówna** Halina (W), **Świderski** Bohdan (W), **Talarczykówna** Regina (Poznań), **Tretiak** Tomasz (W), **Werner** Stanisław (W), **Zapolska** Zofja (W).

II. Wileński okręg P. Z. N.:

Papieski Hipolit (Słonim).

III. Lwowski okręg P. Z. N.:

(L = Lwów; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu).

Por. Bałaj Władysław (Stanisławów), **Berezowski** Marjan (L), **Cieślikowska** Stanisława (L), **Ecker** Ludwik (L), **Engel** Adam (L), **Goldmanowa** Jadwiga (L), **Grzeszczuk** Antoni (Ławoczne), **dr. Hibel** Henryk (L), **Horowitz** Oswald (L), **Kamienobrodzka** Zofja (L), **Kołodziej** Mieczysław (L), **Krzywiński** Władysław (Stanisławów), **Kugler** Emil (L), **Lechman** Kazimierz (L), **por. Lew** Alfred (Stryj), **mgr. Matuszkiewicz** Stanisław (L), **Mucha** Tadeusz (L), **Münnich** Irena (Czortków), **Niewiński** Bronisław (Stanisławów), **Nowosad** Włodzimierz (L), **Petri** Helena (Stryj), **Pierzchała** Czesław (L), **por. Piórecki** Zbigniew Stanisław (Stanisławów), **Podłowski** Alfred (L), **mgr. Połoniecki** Bernard (L), **Pozowska** Jadwiga (Stanisławów), **Starzyński** Edward (Stanisławów), **Puchalski** Roman (L), **Schaefer** Tadeusz (Trembowla), **Setkowicz** Mieczysław (L), **Silbersteinówna** Ada (L), **Stolarczyk** Bolesław (L), **Swoboda** Tadeusz (Stanisła-

wów), **Szybalski** Stefan (L), **Tołłoczko** Zdzisław (L), **Wollak** Edward (Stryj), **Załuczkowski** Mieczysław (Stryj), **Zarugiewicz-Pawelska** Zofja (L), **Ziajka** Józef Stanisław (Stryj).

IV. Podhalański okręg P. Z. N.:

(Z = Zakopane; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu).

Beck Samuel (Z), **Blau** Juljan (Z), **Blau** Samuel (Z), **Galiński** Kazimierz (Z), **Grün** Otto (Z), **Łuszczek** Izydor (Z), **Marduła** Franciszek (Z), **Pietras** Władysław (Bukowina Tatrzańska), **Rittersschildowa** Helena (Z), **Schwarzbardt** Benno (Z), **Skupień** Stanisław (Z).

V. Krakowski okręg P. Z. N.:

(K = Kraków; inne miejscowości są podane w pełnem brzmieniu).

Inż. Abeles Robert (K), **Bachnerówna** Gena (K), **sierż. Borkowski** Franciszek (Nowy Sącz), **Christ** Feliks (Rabka), **Chylińska** Klara (K), **Drobniak** Napoleon (K), **Enkerówna** Regina (Krynica), **kpt. Foryś** Tadeusz (K), **Gizowski** Stefan (Krynica), **mjr. Głowacki** Jerzy Franciszek (Wadowice), **Hartwich** Helena (K), **Hornberger** Jan (K), **Huczyński** Janusz (Wola Justowska), **Janicki** Kazimierz (K), **Janota** Bolesław (Krynica), **Kahanówna** Natalja (K), **Kleiner** Jakób (K), **Klier** Jan (K), **Konieczny** Adam (K), **Kopera** Zygmunt (K), **Kostecki** Adam (K), **Kosturek** Edward (K), **Kozłowski** Adam (K), **Kudlik** Władysław (Nowy Sącz), **Lankoszówna** Kazimiera (K), **Lisiniecki** Orest (K), **Lux** Emanuel (K), **Łapiński** Rudolf (K), **Łucyków** Marjan (K), **płk. Madeyski** Felicjan (K), **Mandelbaumówna** Jadwiga (K), **Michlakówna** Zofja (K), **Milówka** Kazimierz (K), **mgr. Neuman** Michał (K), **Osuchowski** Aleksander (Nowy Sącz), **Pągowski** Bolesław (K), **Piękoszówna** Aurelja (Tarnów), **Rybka** Aleksander (K), **Rychlik** Emil (K), **Scherer** Józef (K), **Schlesinger** Kazimierz (K), **Schmidt** Fryderyk (Nowy Sącz), **Schreiner** Juljusz (Krynica), **Schreiner** Leopold (Nowy Sącz), **Silberman** Henryk (Andrychów), **Skwarczyński** Eugenjusz (K), **kpt. Stachowiak** Ignacy (Gorlice), **Staniszewski** Albert (K), **Stuczyński** Czesław (K), **kpt. Suchorzewski** Kazimierz (Nowy Sącz), **Szymański** Stefan

(K), **Ślizowski** Juljan (K), **Świerczek** Władysław (Nowy Sącz), **Tomaszewska** Janina (K), **por. Waligóra** Władysław (Nowy Sącz), **Wegner** Iser (K), **Wielowieyska** Zofja (K), **Wietrzny** Władysław (K), **Wodecki** Zygmunt (K), **Wojnowska** Marja (K), **Wyka** Tadeusz (K).

VI. Śląski okręg P. Z. N.:

Albinowski Jerzy (Katowice), **Bury** Jan (Zwardoń), **Ciapuła** Józef (Żywiec), **Cieślar** Jan (Wisła), **Danziger** Otton (Bielsko), **Dobrowolski** Mieczysław (Częstochowa), **Dragonówna** Irma (Lubliniec), **Drozd** Jerzy (Wisła), **por. Duchiewicz** Jerzy Otton (Tarnowskie Góry), **Faliński** Władysław (Katowice), **inż. Fyda** Kazimierz (Zawiercie), **Gajda** Rudolf (Koniaków), **Glajcar** Władysław (Cieszyn), **Glücksman** Konrad (Bielsko), **por. Góra** Jan (Bielsko), **Hanke** Karol (Katowice), **Heinrich** Kurt (Katowice), **inż. Inwald** Tadeusz (Będzin), **Jelenieska** Janina (Katowice), **Jochemczyk** Alojzy (Rybnik), **Juroszek** Alojzy (Koniaków), **mgr. Kaszper** Tadeusz (Katowice), **Kempny** Engelbert (Wisła), **Kostuch** Stefan (Wisła), **Kotas** Franciszek (Cieszyn), **inż. Kozłowski** Jeremi (Cieszyn), **Kubaczka** Robert (Wisła), **Kubiaczyk** Aleksander (Chorzów), **Kwiczalanka** Lidja (Katowice), **Lewicka** Janina (Rybnik), **Machauf** Jan (Bielsko), **Mamczarczyk** Józef (Siemianowice), **Michalski** Antoni (Skoczów), **Musiolik** Zofja (Marklowice), **Nossol** Alice (Katowice), **Nowotarski** Czesław (Bielsko), **Ozaist** Adam (Żywiec), **por. Pachoński** Czesław Jan (Żywiec), **Pabijan** Władysław (Koniaków), **Poradzirz** Emil (Wisła), **Ramsza** Jan Paweł (Cieszyn), **Rolewicz** Zygmunt (Tarnowskie Góry), **Rutkowska** Stefanja (Katowice), **Scott** Alice (Sosnowiec), **Sękowski** Stanisław (Żory), **st. sierż. Sikorski** Stanisław (Bielsko), **Szuścikówna** Stefanja (Ruda), **Szymik** Emil (Nowa Wieś), **Tokarz** Augustyn (Niewiadom), **Wojsch** Henryk (Chorzów), **Wróbel** Tomasz (Biała), **Wrzód** Paweł (Katowice), **Wurzel** Emilja (Katowice), **Żyder Adolf** (Wisła).

VII. Grodzieński okręg P. Z. N.:

Kpt. Dobrowolski Cyprjan (Grodno), **Lenartowicz** Jadwiga (Grodno).

VIII. Przemyski okręg P. Z. N.:

Bromowicz Wiktor (Drohobycz), **mgr. Eisenbach** Kazimierz (Sanok), **por. Kaczmarek** Marjan (Przemyśl),

por. Klepacki Jan (Jarosław), **Kordasiewicz** Józef (Podbuż), **kpt. Krannerwetter** Alojzy (Rzeszów), **Kozubowska** Irena (Przemyśl), **kpt. Królikiewicz** Władysław (Przemyśl), **Lachowicz** Ignacy (Drohobycz), **Lachowiczowa** Anna (Drohobycz), **Łohiński** Tadeusz (Drohobycz), **Nowicki** Tadeusz (Szaszów), **Poprawski** Roman (Sanok), **Rynikiewicz** Edward (Przemyśl), **Siemaszkiewicz** Adam (Drohobycz), **por. Wanacki** Bonifacy (Sambor), **por. Wiśniowski** Stanisław (Sambor), **inż. Wojnar** Józef (Borysław), **Wojnarowa** Hermina (Borysław), **Wolf** Aleksander (Sianki), **Zdanowicz** Tadeusz (Borysław).

IX. Pomorski okręg P. Z. N.:

Goldberg Chaskel (Gdynia), **Hamer** Joachim (Gdynia), **dr. Sielużycki** Eugenjusz (Bydgoszcz), **Szubertówna** Leokadja (Gniezno).

V. INSTRUKTORZY NARCIARSTWA NIZINNEGO

Bidas Michał Wincenty, **pplk. Nakoniecznikoff** Przemysław, **kpt. Reliszko** Zygmunt, **Roszko** Roman, **Rybiński** Jan, **Skład** Jan, **Zükle** Leon, **Żaba** Stanisław.

VI. POMOCNICY INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA NIZINNEGO

Bereżny Władysław, **Buchner** Feliks, **dr. Cajler** Franciszek, **Cybyk** Aleksander, **Dobrzyński-Jelita** Janusz, **Funk** Henryk, **Gołębiowski** Zdzisław, **Horoch** Witold, **Jarmoliński** Aleksander, **Kartasiński** Antoni, **Kończy** Antoni, **Krauczyński** Marjan, **Kwaśniewski** Wacław, **Lilpop** Kazimierz Bogusław, **Łosik** Piotr, **Małachowski** Ilja, **Marecki** Edward, **plut. Murawski** Jan, **Skrzypiński** Józef Leszek, **Stryszak** Antoni, **Szajdzicki** Adam, **Szamardin** Anatol, **Szpitter** Alfons Tadeusz, **Szramkiewicz** Romuald, **Szyryński** Jerzy, **Wieliczko** Kazimierz, **Worotyński** Adam, **Zaleski-Korsak** Michał, **Zamirowski** Aleksy, **Zarembski** Paweł, **Zieniewicz** Edward.

(Uwaga: Wiadomości o adresach instruktorów i pomocników narciarstwa nizinnego udziela Komisja Narciarstwa Nizinnego w Warszawie, Ś-to Krzyska 9).

AKCJA WYSZKOLENIOWA P.Z.N. W SEZONIE 1935/36

Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego rozporządzeniem z dnia 5 października 1935 r. L. 256/24 WFS przekazał **Polskiemu Związkowi Narciarskiemu wyłączną kontrolę nad organizacją kursów narciarskich i zimowych obozów zastępczych w sezonie zimowym 1935/36.** Zarządzenie to dotyczy kursów i obozów, według oficjalnego wykazu zgłoszonego przez PZN a zatwierdzonego przez Państwowy Urząd WF i PW i przez niego ogłoszonego. Są to kursy przeprowadzane przez **wszystkie Towarzystwa zrzeszone w Polskim Związku Narciarskim,** oraz przez **instytucje do PZN nienależące,** z wyłączeniem organizacyj PW i PWK, których kursy podlegają odrębnym normom.

Zarządzenie powyższe ma na celu **zapewnienie racjonalnego szkolenia oraz roztoczenie ścisłej kontroli** nad prawidłowem wykorzystywaniem tych udogodnień i ułatwień, które Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego zapewnia uczestnikom obozów i kursów (zniżki kolejowe na P.K.P. dla uczestników obozów).

Polski Związek Narciarski wzywa wszystkich organizatorów kursów i obozów, zatwierdzonych oraz oficjalnie ogłoszonych, do **bezwzględnego przestrzegania norm wydanych przez PZN a zatwierdzonych przez Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego.**

Polski Związek Narciarski podaje do wiadomości, że **przeprowadzać będzie ścisłą kontrolę** narciarskiej akcji wyszkoleniowej w sezonie 1935/36, a w stosunku do organizacyj wykazujących uchybienia porządkowe zastosowane będą **najsurowsze kary.**

Wszystkie kursy prawidłowo zgłoszone i oficjalnie ogłoszone prowadzone być mogą **jedynie przez egzaminowanych nauczycieli narciarstwa PZN** znajdujących się na oficjalnej liście umieszczonej na sezon 1935/36 w „Informacyjnym Kalendarzu Narciarskim PZN". **Absolwenci CIWF i Studjów WF** upoważnieni do tego przez swe Uczelnie, prowadzić mogą kursy w sezonie 1935/36 **w orga-**

nizacjach niezrzeszonych w PZN na równych prawach z nauczycielami narciarstwa PZN.

W kursach organizowanych przez Towarzystwa należące do PZN uczestniczyć mogą wyłącznie członkowie Towarzystw narciarskich zrzeszonych w PZN wykazujący się legitymacjami PZN („czarnemi") z nalepką ważności na sezon 1935/36.

Jedynie kursy zatwierdzone tj. prawidłowo zgłoszone w PZN i zamieszczone w oficjalnym spisie ogłoszonym przez Państwowy Urząd WF i PW uprawniają ich uczestników do korzystania z udogodnień przejazdowych na PKP. Sposób nabywania tych uprawnień określony jest osobnemi przepisami, które muszą być najskrupulatniej dotrzymane.

Wszyscy organizatorzy kursów i obozów akcji zimowej 1935/36 obowiązani są do udzielania pomocy i wszelkich wyjaśnień delegatom Państwowego Urzędu WF i PW, oraz inspektorom upoważnionym przez PZN do przeprowadzania akcji kontrolnej. Organizatorzy są osobiście odpowiedzialni za prawdziwość wszystkich podanych szczegółów.

„CYFRA ZJAZDOWA P. Z. N."

Okres próbny w sezonie 1935/36

Celem podniesienia techniki jazdy na nartach w terenie górskim, oraz celem krzewienia narciarstwa zjazdowego wprowadza Polski Związek Narciarski w sezonie zimowym 1935/36 powszechną konkurencję o typie odznaki sprawnościowej w zakresie narciarstwa zjazdowego. Konkurencja ta będzie nosiła nazwę: „Cyfra Zjazdowa PZN".

W sezonie 1935/36 odbywać się będą imprezy, których uczestnicy, będą mogli poddać swą sprawność zjazdową kontroli. Szczegółowe przepisy regulaminowe oraz normy kontrolne ustalone są osobnemi zarządzeniami i wejdą w skład obowiązujących regulaminów po zakończeniu próbnego okresu eksperymentalnego, na który przeznaczony jest cały sezon 1935/36.

W wyznaczonych i nadających się do tego celu niektórych terenach narciarskich na Podkarpaciu utworzone zostaną **stałe trasy zjazdowe**, oddane przez Polski Związek Narciarski w wyłączną opiekę i do regulaminowej obsługi **upoważnionym do tego przez PZN Towarzystwom związkowym**. Tras tych uruchamia się na sezon 1935/36 **dziesięć**, przyczem szczegółowe ich określenie zawarte jest w **specjalnych komunikatach**, które pozatem przewidują przydział danych tras dla poszczególnych organizacyj.

Na wybranych trasach standardowych odbywać się będą **konkurencje zjazdowe dostępne dla zrzeszonych i niezrzeszonych**, według tymczasowych wymagań regulaminu, ogłoszonego osobnym komunikatem. Sposób konkurencji zdobywania „Cyfry" będzie **częściowo zbliżony do sposobu przewidzianego w regulaminie „Odznaki za Sprawność PZN"**.

Każda trasa ma regulaminem określone **minimum czasowe** dla każdego stopnia Cyfry (bronzowy, srebrny i złoty) i każdej kategorji narciarzy z podziałem na klasy wieku.

Biegi o Cyfrę Zjazdową odbywają się na każdej trasie standardowej **przynajmniej 4 razy w sezonie**, za uprzednim ogłoszeniem zapowiedzi prób, **w dziennikach i afiszami** przez Towarzystwo, któremu dana trasa została do organizacji przydzielona. Wybór trasy i terminu jest dowolny dla każdego uczestnika. Wystarczy odbyć tylko jedną próbę.

W sezonie 1935/36 nastąpi **weryfikacja wyników i przydział „cyfr" na podstawie orzeczenia Komisji Sportowej**, która weźmie pod uwagę **przeciętne normy czasowe**. Na ich podstawie opracowane zostaną **normy regulaminowe**, które wejdą na stałe do zasad organizacyjnych „Cyfry Zjazdowej" i ogłoszone zostaną **w Kalendarzu Informacyjnym na sezon 1936/37 jako stale obowiązujące na przyszłość**.

Wszyscy narciarze winni ubiegać się o zdobycie „Cyfry Zjazdowej PZN", która w wybitnym stopniu przyczyni się do podniesienia ogólnego poziomu techniki jazdy na nartach w terenie górskim, a temsamem do podniesienia **ogólnej sprawności**. Komisja Sportowa PZN wydała w tymczasowych przepisach zarządzenia zapewniające stworzenie **odpowiednich warunków bezpieczeństwa** przy próbach o „Cyfrę Zjazdową".

Ogłaszając tę nową instytucję związkową i zachęcając do udziału w niej szerokie rzesze narciarzy, **Komisja Sportowa PZN pragnie przeznaczyć cały sezon zimowy 1935/36 na przeprowadzenie dokładnych badań** tak, aby instytucja ta mogła rozwijać się w przyszłości z pożytkiem dla narciarstwa polskiego. Równocześnie Komisja Sportowa zaznacza z naciskiem, że **próby o „Cyfrę zjazdową" będą pozbawione elementu rekordowego** i decydować będzie wyłącznie **osiągnięcie normy.** Komisja Sportowa PZN dąży do tego, aby czasów zdobytych przez poszczególnych konkurentów nie podawano do wiadomości a tylko fakt osiągnięcia normy.

Komisja Sportowa PZN apeluje do Towarzystw związkowych oraz do wszystkich narciarzy zrzeszonych, aby w próbnym okresie „Cyfry Zjazdowej" przewidzianym na sezon 1935/36 dołożyli starań **w kierunku zebrania możliwie dużej ilości doświadczeń** a to w celu należytego regulaminowego ujęcia tej nowej instytucji związkowej na przyszłość.

MISTRZOWIE POLSKI W NARCIARSTWIE W LATACH 1920—1935

(Za okres dziesięciolecia 1920—1929, podane są tylko nazwiska Mistrzów Polski (bieg złożony); w następnych latach wymienieni są mistrzowie we wszystkich konkurencjach przewidzianych programem mistrzostw).

1920 — **Franciszek Bujak** (SNPTT), Zakopane.
1921 — **Franciszek Bujak** (SNPTT), Zakopane.
1922 — **Andrzej I. Krzeptowski** (SNPTT), Zakopane.
1923 — **Andrzej I. Krzeptowski** (SNPTT), Zakopane.
1924 — **Henryk Mückenbrunn** (SNPTT), Zakopane.
1925 — **Henryk Mückenbrunn** (SNPTT), Zakopane.
1926 — **Franciszek Wende**, Czechosłowacja, H. D. W.
1927 — **Ottakar Nemecky**, Czechosłowacja, C. S. L.
1928 — **Bronisław Czech** (SNPTT), Zakopane.
1929 — **Hans Viniarengen**, Norwegja, N. S. F.
1930 — Mistrz Polski: **Karol Szostak** (SNPTT), Zakopane; bieg 18 km.: Zdzisław Motyka (Wisła), Zakopane; bieg 50 km.: Zdzisław Motyka (Wisła), Zakopane; skok otwarty: Franciszek Cukier

(Sokól), Zakopane; bieg pań: Stanisława Staszel-Polankowa (Sokól), Zakopane; bieg zjazdowy: Władysław Suleja (SNPTT), Zakopane; bieg rozstawny 5×10 km.: SNPTT, Zakopane.

1931 — Mistrz Polski: **Antonin Barton**, Czechosłowacja, C. S. L.; bieg 18 km.: Antonin Barton, Czechosłowacja, C. S. L.; bieg 50 km.: Zdzisław Motyka (Wisła), Zakopane; skok otwarty: Sigmund Schwab, Austrja, A. Oe. S. V.; bieg pań: Bronisława Staszel-Polankowa (Sokół), Zakopane; bieg zjazdowy: Stanisław Marusarz (SNPTT), Zakopane; bieg rozstawny 5×10 km.: SNPTT, Zakopane.

1932 — Mistrz Polski: **Stanisław Marusarz** (SNPTT), Zakopane; bieg 18 km.: Władysław Berych (SNPTT), Zakopane; bieg 50 km.: Władysław Berych (SNPTT), Zakopane; skok otwarty: Stanisław Marusarz (SNPTT), Zakopane; bieg pań: Zofja Stopkówna (SNPTT), Zakopane; bieg zjazdowy: Władysław Suleja (SNPTT), Zakopane; bieg rozstawny 5×10 km.: SNPTT, Zakopane.

1933 — Mistrz Polski: **Izydor Łuszczek** (Wisła), Zakopane; bieg 18 km.: Cyryl Musil, Czechosłowacja, C. S. L.; bieg 50 km.: Cyryl Musil, Czechosłowacja, C. S. L.; skok otwarty: Stanisław Marusarz (SNPTT), Zakopane; bieg pań: Zofja Stopkówna (SNPTT), Zakopane; bieg zjazdowy: Stanisław Marusarz (SNPTT), Zakopane; slalom: Jan Schindler (Wisła), Zakopane; kombinacja alpejska: Stanisław Marusarz (SNPTT), Zakopane; bieg zjazdowy pań: Bronisława Staszel-Polankowa (Sokół), Zakopane; bieg rozstawny 5×10 km.: SNPTT, Zakopane.

1934 — Mistrz Polski: **Bronisław Czech** (SNPTT), Zakopane; bieg 18 km.: Cyryl Musil, Czechosłowacja, CSL; bieg 50 km: Cyryl Musil, Czechosłowacja, CSL: skok otwarty: Nils Eie, Norwegja, NSF; bieg zjazdowy pań: Bronisława Staszel-Polankowa (Sokół), Zakopane; bieg zjazdowy:

Franz Kraus, Czechosłowacja, HDW; slalom: Hubert Heim, Jugosławja, JZSS; kombinacja alpejska: Franz Kraus, Czechosłowacja, HDW; bieg rozstawny 5 × 10 km.: SN »Wisła«, Zakopane.

1935 — Mistrz Polski: **Stanisław Marusarz** (SNPTT), Zakopane; bieg 18 km: Martin Matsbo, Szwecja (S. S. F.); bieg 50 km: Władysław Czech (ON Sokół), Zakopane; skok otwarty: Reidar Andersen, Norwegja (N. S. F.); bieg zjazdowy pań: Bronisława Staszel-Polankowa (ON Sokół), Zakopane; bieg zjazdowy: Reidar Andersen, Norwegja (N. S. F.); slalom pań: Karolina Bednarzówna (ON Sokół), Zakopane; slalom: Reidar Andersen, Norwegja (N. S. F.); kombinacja zjazdowa: Reidar Andersen, Norwegja (N. S. F.); kombinacja zjazdowa pań: Zofja Stopkówna (SNPTT), Zakopane; bieg rozstawny 4 × 10 km: (SN Wisła), Zakopane.

IV. OLIMPJADA ZIMOWA W 1936 R.

Rok 1936 jest rokiem jedenastej Olimpjady sportowej, która odbędzie się w Niemczech. Narciarstwo włączone zostało do programu zawodów olimpijskich, począwszy od roku 1924. Wraz z innemi gałęziami sportu zimowego wchodzi narciarstwo w skład programu t. z. Olimpjady zimowej.

Olimpjada zimowa roku 1936 jest **czwartą zrzędu.** Pierwsza Olimpjada zimowa odbyla się w roku 1924 w **Chamonix** we Francji, druga w roku 1928 w **St. Moritz** w Szwajcarji, trzecia w roku 1932 w **Lake Placid** w Stanach Zjednoczonych Ameryki Północnej. Polska drużyna narciarska brała udział we wszystkich zimowych Olimpjadach.

Olimpjada zimowa roku 1936 odbędzie się w **Niemczech, w Garmisch-Partenkirchen,** i obejmie: narciarstwo, hokej na lodzie, łyżwiarstwo i sport bobslejowy.

Zawody narciarskie IV Olimpjady zimowej odbędą się w następujących terminach:

Czwartek 6 lutego, godz. 11-ta: Uroczystość otwarcia Igrzysk na stadjonie narciarskim;

Piątek 7 lutego, godz. 11-ta: **Bieg zjazdowy dla pań i panów;**

Sobota 8 lutego, godz. 11-ta: **Slalom dla pań;**

Niedziela 9 lutego, godz. 11-ta: **Slalom dla panów;**

Poniedziałek 10 lutego, godz. 9-ta: **Bieg rozstawny 4 × 10 km;**

Środa 12 lutego, godz. 10-ta: **Bieg 18 km do biegu złożonego i otwarty;**

Czwartek 13 lutego, godz 11-ta: **Skoki do biegu złożonego;**

Sobota 15 lutego, godz. 8-ma: **Bieg 50 km;**

Niedziela 16 lutego, godz. 11-ta: **Skok otwarty;**

Niedziela 16 lutego popołudniu: uroczystość zakończenia IV Zimowych Igrzysk Olimpijskich.

PROGRAM IMPREZ NARCIARSKICH w sezonie 1935—1936

ustalony na konferencji programowej w Krakowie 19. X. 1935.

GRUDZIEŃ 1935:

8. **Lwów.** Bieg płaski 12 km z punktacją drużynową (SN AZS Lwów).
14—15. **Zakopane.** Zawody narciarskie w kombinacji alpejskiej i w kombinacji norweskiej.
15. **Skole.** Bieg o odznakę sprawności PZN (SN PTT Skole).
15. **Lwów.** Konkurs skoków w Brzuchowicach (SN PTT Lwów).
15. **Toruń.** „Propagandowy dzień narciarski" (IX Pomorski Okręg PZN).
20—23. **Zakopane.** Zawody w biegach zjazdowych; bieg płaski 10 km; slalom i konkurs skoków.
21. **Zakopane.** Otwarcie toru saneczkarskiego.
22. **Lwów.** Bieg rozstawny 4 × 5 km (KTN Lwów).
22. **Krosno.** „Dzień Narciarza" i biegi o odznakę sprawności PZN (Sokół, Krosno).
25. **Skole.** Bieg zjazdowy z Perekopu i bieg drużynowy 12 km (SN PTT, Skole).
26. **Zakopane.** Konkurs skoków na Krokwi (IV Podhalański Okr. PZN).
26. **Skoczów.** Konkurs skoków o puhar (SN PTT Skoczów).
26. **Wisła.** Bieg sztafet beskidzkich 4 × 10 km o puhar inż. E. Kalicińskiego (SKN Katowice).
26. **Nowy Targ.** Konkurs skoków (Zw. Strzel. N. Targ).
29. **Zakopane.** Konkurs skoków na Krokwi.
29. **Szczawnica.** Bieg zjazdowy i konkurs skoków na skoczni pod Jarmutą (SN „Wisła" Szczawnica).
29. **Krynica.** Otwarcie toru zjazdowego na Jaworzynie i biegi zjazdowe (Zw. Strzel. Krynica).
31. **Zakopane.** Bieg rozstawny 4 × 10 km o Mistrzostwo Polski i puhar red. St. Faechera (PZN).

31. **Zakopane.** Zawody saneczkarskie (Klub „Tatry").
31. **Krynica.** Otwarcie skoczni Miejskiego Komitetu WF i PW i konkurs skoków.

STYCZEŃ 1936:

31. XII.—1. I. **Sławsko.** Zawody w kombinacji alpejskiej (KTN Lwów).
1—5. **Krosno.** Raid dookoła Łemkowszczyzny (Sokół Krosno).
2. **Skoczów.** Zawody w kombinacji norweskiej (SN PTT Skoczów).
2. **Krynica.** Biegi o odznakę sprawności PZN (Zw. Strzel.)
4—6. **Bukowina.** Zawody międzyklubowe (SN AZS Warszawa).
4—6. **Wisła.** Otwarcie sezonu zimowego w Beskidzie Śl.: bieg 15 km, bieg zjazdowy i slalom, konkurs skoków (SKN Katowice).
4—6. **Zwardoń.** Zawody narciarskie Związku Harcerstwa Polskiego (HKN Katowice).
4—6. **Iwonicz Zdrój.** Zawody narciarskie międzyklubowe (SN PTT Iwonicz).
4—6. **Zakopane.** Bieg zjazdowy, slalom i drużynowy konkurs skoków.
5. **Nowy Targ.** Bieg narciarski 10 km (Makkabi N. Targ).
5. **Lwów.** Konkurs skoków w Brzuchowicach (SN PTT Lwów).
5. **Skole.** Biegi narciarskie 16 i 12 km (SN PTT Skole).
5. **Rabka.** Bieg o odznakę sprawności (SN AZS Kraków).
5. **Krynica.** „Pogoń za lisem".
5—6. **Krzemieniec.** Otwarcie sezonu narciarskiego; bieg 15 km o nagrodę wędrowną miasta Krzemieńca i konkurs skoków o nagr. wędr. Wydziału Powiatowego (X Wołyński Okręg PZN).
5—6. **Rabka.** Zawody narciarskie o Mistrzostwo Okręgu Krakowskiego PZN w kombinacji norweskiej.
5—6. **Krynica.** Akademicki mecz drużynowy Polska—Austrja (SN AZS Kraków).
5—6. **Borków Kartuzki.** Zawody narciarskie o mistrzostwo Okręgu pomorskiego i biegi o odznakę sprawności PZN (IX Pomorski Okręg PZN).
5—6. **Sławsko.** Zawody narciarskie: bieg otwarty i złożony, konkurs skoków otwarty i złożony (KTN Lwów).

5—6. **Worochta.** Zawody narciarskie „Sokoła", dzielnicy małopolskiej.
5—6. **Nowy Targ.** Zawody narciarskie w kombinacji norweskiej (TG „Sokół" Nowy Targ).
5—6. **Wisła.** Ogólnoszkolne zawody o odznakę sprawności PZN (Wydz. Ośw. Publ. wojew. Śląskiego).
5—6. **Zwardoń.** Narciarskie zawody Harcerzy Okręgu Śląskiego i Zagłębia.
6. **Ławoczne.** Zawody w kombinacji alpejskiej (KPW Lwów).
9. **Zakopane.** Bieg narciarski 15 km.
9. **Nowy Targ.** Raid narciarski Nowy Targ—Krościenko (K. S. „Podhale", Nowy Targ).
11. **Lwów.** Biegi narciarskie 16 km dla seniorów i 8 km dla juniorów (SN Lechja Lwów).
11. **Krynica.** Bieg zjazdowy z Jaworzyny (Zw. Strzel.).
11. **Krzemieniec.** Biegi o odznakę sprawności PZN (Woł. Okr. PZN).
11—12. **Szczawnica.** Zawody w kombinacji alpejskiej (SN „Wisła", Szczawnica).
11—12. **Skole.** Konkurs skoków i zawody międzyklubowe (SN PTT Skole).
11—12. **Zakopane.** Zawody w kombinacji alpejskiej o mistrzostwo IV Podhalańskiego Okręgu PZN.
12. **Kulików.** Bieg zjazdowy (Wołyński Okręg PZN).
12. **Lwów.** Konkurs skoków w Brzuchowicach (SN AZS Lwów).
12. **Ławoczne.** Zawody K. P. W. w kombinacji norweskiej.
12. **Dubno.** Konkurs skoków i biegi o odznakę sprawności PZN (X Wołyński Okręg PZN).
12. **Łuck.** Biegi o odznakę sprawności PZN (X Wołyński Okręg PZN).
12. **Kraków.** Narciarskie zawody międzyklubowe (SN AZS Kraków).
12. **Barania Góra.** Konkurs skoków (SKN Katowice).
12. **Boracza.** Zawody „Makkabi" w narciarstwie i zawody o odznakę sprawności PZN („Makkabi", Bielsko).
12. **Krynica.** Slalom i skijöring (Zw. Strzel. i Zw. Rezerw.).
14—19. **Nowy Targ.** Raid narciarski z Nowego Targu do Zwardonia (K. S. „Podhale", Nowy Targ).
17—20. **Beskidy Huculskie.** Wędrówka po Beskidach Huculskich (Raid narciarski SN PTT, Stanisławów).
18. **Sławsko.** Bieg zjazdowy (SN PTT Lwów).
18—19. **Lwów.** Bieg 16 km otwarty i złożony oraz konkurs

skoków otwarty i do biegu złożonego (SN AZS Lwów i SN PTT Lwów).

19. **Lwów.** Bieg narciarski 12 km (SN „Hasmonea“, Lwów).

19. **Pikuj.** Bieg 25 km o nagrodę przechodnią im. ppłk. Fonferki (Przem. Tow. Narc., Przemyśl).

19. **Skole.** Konkurs skoków (SN PTT Skole).

19. **Sanok.** Narciarskie zawody międzyklubowe i pokazy propagandowe (T. N. 2 p. s. p., Sanok).

18—19. **Zakopane.** Biegi 17 km otwarty i złożony, oraz konkurs skoków otwarty i do biegu złożonego o mistrzostwo IV Podhalańskiego Okręgu PZN.

19. **Ustroń.** Bieg zjazdowy Czantorja—Polana (SN „Czantorja“ Śląskiego Klubu Narciarskiego).

19. **Krzemieniec.** Drużynowe zawody narciarskie międzyklubowe o nagrodę Okręg. Urz. WF i PW w Lublinie.

19. **Sarny.** Biegi o odznakę sprawności PZN (Wołyń. Okr. PZN).

19. **Nowy Targ.** Konkurs skoków otwarty (K. S. „Podhale“, Nowy Targ).

19—20. **Krynica.** Mistrzostwa Saneczkarskie Krynicy (KTH).

22—26. (miejsce nieustalone). **XVII Międzynarodowe Narciarskie Mistrzostwa Polski**

program zawodów:

22 I. bieg 50 km.
23 I. bieg zjazdowy pań i panów.
24 I. slalom pań i panów.
25 I. bieg 18 km otwarty i złożony.
26 I. konkurs skoków do biegu złożonego i otwarty.

29. **Worochta.** Bieg patrolowy 10 km ze strzelaniem (KPW Stanisławów).

LUTY 1936

30 I—2 II. **Zwardoń.** Raid Narciarski Gwiaździsty do Zwardonia Śląskiej Chorągwi Harcerzy i Harcerskiego Klubu Narciarskiego w Katowicach.

31 I—1 II. **Krynica.** Narciarski mecz międzymiastowy Nowy Sącz—Nowy Targ—Krynica.

31 I—2 II. **Worochta.** Zawody Akademickie (SN AZS, Warszawa).

1. **Zakopane.** Bieg patroli narciarskich Związku Strzeleckiego 18 km ze strzelaniem, z udziałem patroli Estonji, Finlandji i Łotwy (Zw. Strzel.).

1—2. **w całej Polsce.** Dzień odznaki za sprawność PZN.

1—2. **Krzemieniec.** Zawody narciarskie o Mistrzostwo X Wołyńskiego Okręgu PZN.

1—2. **Borysław.** Zawody narciarskie o mistrzostwo VIII Przemyskiego Okręgu PZN.

1—2. **Zakopane.** Zawody saneczkarskie (Klub „Tatry").

1—2. **Wisła.** Zawody narciarskie klubów szkolnych (Wydz. Ośw. Publ. Wojew. Śląskiego).

1—2. **Klimczok.** Zawody w kombinacji norweskiej (Wintersportklub, Bielsko).

1—2. **Lwów.** Zawody w kombinacji norweskiej i konkurs skoków w Brzuchowicach (SN PTT, Lwów).

1—2. **Rabka.** Zawody narciarskie „Sokoła" (związkowe).

1—2. **Zakopane.** Zawody narciarskie juniorów IV Podhalańskiego Okręgu PZN.

1—3. **Pilsko—Babia Góra—Turbacz.** Raid narciarski Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa.

2. **Skoczów.** Zawody w kombinacji norweskiej (SN PTT, Skoczów).

2. **Ojców.** Otwarcie skoczni narciarskiej im. Inż. A. Bobkowskiego (Oddział Tow. Krzew. Narc. w Ojcowie).

2. **Rabka.** Doroczny bieg Turbacz—Rabka (TTN).

2. **Ustroń.** Raid narciarski Równica—Barania Góra (SKN).

2. **Milówka.** Zawody narciarskie w biegach zjazdowych i slalom z Boraczej (SN „Makkabi", Bielsko).

2. **Zwardoń.** Zawody narciarskie Harcerskiego Klubu Narciarskiego w Katowicach.

2—3. **Krynica.** Mistrzostwa saneczkarskie Polski (Kom. Saneczk. PZN).

2—3. **Zwardoń.** Zawody narciarskie Związku Harcerstwa Polskiego przy współudziale Harcerskiego Klubu Narciarskiego w Zwardoniu.

6—9. Mistrzostwa narciarskie Okręgów PZN:
Śląskiego, we Wiśle;
Lwowskiego, we Lwowie;
Wileńskiego, w Wilnie, oraz Pomorskiego i Grodzieńskiego (miejscowości nieustalone).

8—9. **Rozłucz.** Zawody w kombinacji alpejskiej („Hasmonea", Lwów).

8—9. **Szczawnica.** Zawody międzyklubowe (SN „Wisła“, Szczawnica).

8—9. **Zakopane.** Zawody o memorjał śp. por. Wójcickiego.

9. **Sambor.** Biegi 9 i 12 km o nagrodę m. Sambora (WCSK „Korona“, Sambor).

9. **Lwów.** Bieg narciarski 10 km (patrolowy ze strzelaniem) KPW Lwów.

9. **Łuck.** Otwarcie skoczni narciarskiej, bieg rozstawny 4×10 km o mistrzostwo Wołyńskiego Okręgu PZN i zawody narciarskie (Polskie Tow. Tur. Krajozn. Łuck).

9. **Rozłucz.** Konkurs skoków o nagrodę śp. Gen. Zosik-Tessary (Przem. Tow. Narciarzy) i zawody narciarskie międzyokręgowe „Sokoła“.

9. **Nowy Targ.** Raid narciarski Nowy Targ—Lubań—Krościenko (KS „Podhale“, Nowy Targ).

9. **Nowy Targ.** Zawody narciarskie (SN „Makkabi“, Nowy Targ).

9. **Krynica.** Zawody w kombinacji alpejskiej o mistrzostwo V Krakowskiego Okręgu PZN.

14—16. **Worochta.** Marsz zimowy „Huculskim Szlakiem II Brygady Legjonów“ na trasie Słoboda Rungurska—Kosmacz—Żabie—Worochta (M. S. Wojsk.).

16—17. **Worochta.** Zawody narciarskie o „Puhar Karpat Wschodnich“ (Okręg Lwowski P. Z. N).

15. **Krynica.** Bieg zjazdowy z Jaworzyny (Zw. Strzel.).

15—16. **Zakopane.** Bieg zjazdowy i slalom o memorjał śp. por. Wójcickiego.

15—27. **Krynica.** Wędrówka gwiaździsta „Skimki“. Zjazd do Krynicy.

16. **Goleszów.** Konkurs skoków i bieg zjazdowy (SN „Watra“, Cieszyn).

16. **Krzemieniec.** Zawody narciarskie (X Wołyński Okręg PZN).

16. **Równe.** Biegi o odznakę za sprawność PZN.

16. **Nowy Targ.** Narciarski bieg patrolowy ze strzelaniem 12 km, bieg sztafetowy 4×2 km i bieg zjazdowy (WF i PW, Nowy Targ).

16. **Zwardoń.** Bieg o odznakę za sprawność PZN (TTN, Kraków).

16. **Krynica.** Slalom (Związek Strzelecki).

16. **Krynica.** Bieg o odznakę za prawność PZN (Zw. Strzel.).

19—29. **Raid kolejowo-narciarski** wzdłuż Karpat (Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa).
21—23. **Wilno.** Marsz narciarski szlakiem Wilno—Zułów w konkurencji indywidualnej i drużynowej. (PZN).
20—25. **Krosno.** Raid narciarski Krynica—Krosno („Sokół", Krosno).
22—23. **Lwów.** Ogólnopolskie zawody narciarskie klubów żydowskich o puhar inż. Zima.
22. **Kulików.** Slalom (X Wołyński Okręg PZN).
22. **Janowa Dolina.** Bieg 15 km (X Wołyński Okręg PZN).
22—23. **Zakopane.** Zawody narciarskie w kombinacji alpejskiej juniorów IV Podhal. Okręgu PZN.
22—23. **Worochta.** Zawody międzysekcyjne PTT (SN PTT, Stanisławów).
22—23. **Skrzyczne.** Międzynarodowe zawody narciarskie zjazdowe o puhar Beskidzki (Wintersportklub, Bielsko).
23. **Zakopane.** Mistrzostwa narciarskie KPW Kraków, połączone z biegami o odznakę za sprawność PZN.
23. **Klimiec.** Narciarski bieg propagandowy 15 km (Przem. Tow. Narciarzy).
23. **Krynica.** Zawody narciarskie „Sokoła".
23. **Nowy Targ.** Zawody narciarskie o puhar Nowego Targu w kombinacji norweskiej (KS „Podhale", Nowy Targ).
23. **Szczawnica.** Bieg zjazdowy (SN „Wisła", Szczawnica).
23. **Kraków.** Narciarskie zawody międzyklubowe (SN AZS, Kraków).
23. **Barania Góra.** Konkurs skoków (SKN Katowice).
23. **Krzemieniec.** Narciarski bieg patrolowy o nagrodę wędrowną Wojewódzkiej Komendy Policji Państwowej.
23. **Klewań.** Bieg zjazdowy (X Wołyński Okręg PZN).
29. **Zwardoń.** Narciarski bieg dystansowy o mistrzostwo VI Śląskiego Okręgu PZN.
29 II—1 III. **Pikuj.** Zawody narciarskie w biegu zjazdowym i slalomie (Przemyskie Towarzystwo Narciarzy).
29 II—1 III. **Lwów.** Narciarskie zawody międzyuczelniane wyższych uczelni (SN AZS, Lwów).
29 II—1 III. **Skole.** Konkurs skoków, bieg zjazdowy z Trościana, oraz biegi o odznakę za sprawność PZN (SN PTT, Skole).
29 II—1 III. **Zakopane.** Bieg zjazdowy na Kondratowej, slalom, oraz konkurs skoków na Krokwi.

1. **Zakopane.** Narciarskie Zawody Zjazdowe KPW, Kraków.
1. **Cieszyn.** Konkurs skoków („Watra“, Cieszyn).
1. **Zwardoń.** Zawody narciarskie dzielnicy śląskiej „Sokoła“.
1. **Zwardoń.** Bieg o odznakę za sprawność PZN (TTN, Kraków).
1. **Zwardoń.** Międzyklubowe Zawody Narciarskie z udziałem reprezentacyj klubów szkolnych (Wydział Ośw. Publ. wojew. Śląskiego i VI Śląski Okręg PZN).
1. **Nowy Targ.** Bieg zjazdowy z Turbacza (SN „Hagibor“, Nowy Targ).
2. **Krynica.** Narciarski bieg zjazdowy i slalom (Zw. Strzel.).
3. **Zakopane.** Narciarskie zawody zjazdowe wewnętrzne (SN AZS, Kraków).
7—8. **Worochta.** Zawody narciarskie w kombinacji norweskiej (SN PTT, Stanisławów).
7—8. **Koniaków.** Narciarskie regjonalne zawody drużynowe Śląskiego Klubu Narciarskiego.
8. **Sławsko.** Doroczny bieg zjazdowy z Trościana (KTN Lwów).
8. **Rafajłowa.** Narciarski bieg zjazdowy propagandowy z nowego schroniska pod Czarną Klewą (VIII Przemyski Okręg PZN).
8. **Nowy Targ.** Konkurs skoków („Sokół“, Nowy Targ).
8. **Szczawnica.** Konkurs skoków (SN „Wisła“, Szczawnica).
8. **Boracza.** Zawody narciarskie o puhar wędrowny im. inż. Deutscha, i biegi o odznakę za sprawność PZN (SN „Mąkkabi“, Bielsko).
14—15. **Zakopane.** Doroczny bieg narciarski w kombinacji alpejskiej o puhar im. Zylbermana.
15. **Szczawnica.** Konkurs skoków.
15. **Lwów.** Bieg narciarski 30 km (KTN, Lwów).
15. **Nowy Targ.** Bieg 12 km ze strzelaniem („Hagibor“, Nowy Targ).
21—22. **Zakopane.** Narciarski bieg zjazdowy na Kondratowej, slalom, konkurs skoków.
22. **Babia Góra.** Bieg zjazdowy (TTN).
22. **Skole.** Narciarski bieg zjazdowy z Korczanki (SN PTT, Skole).

23—24. **Czarnohora.** Zawody w kombinacji alpejskiej (KTN, Lwów).
23—24. **Szczawnica.** Konkurs skoków i slalom (SN „Wisła“, Szczawnica).
29. **Nowy Targ.** Zawody narciarskie („Makkabi“, Nowy Targ).

KWIECIEŃ 1936

5—6. **Zakopane.** Wiosenny bieg narciarski w kombinacji alpejskiej.
11. **Pol. Chochołowska.** „Pogoń za lisem“ (Warsz. Klub Narc., Warszawa).
12. **Zakopane.** Wiosenny slalom.
12—13. **Czarnohora.** Narciarskie biegi zjazdowe o mistrzostwo III Lwowskiego Okręgu PZN (SN PTT, Lwów i KTN, Lwów).
13. **Pol. Chochołowska.** Zawody w kombinacji alpejskiej o mistrzostwo I Warszawskiego Okręgu PZN.

PRAWA I OBOWIĄZKI SĘDZIÓW P. Z. N.

WYCIĄG Z INSTRUKCJI SĘDZIOWSKIEJ P. Z. N.

Sędzia narciarski jest osobą **upoważnioną przez PZN.** do **kontroli** nad zgodnym z **regulaminem** przebiegiem zawodów, do **zebrania dat,** na podstawie których orzeka się **kolejność** zwycięzców, do **stwierdzenia rzetelności** konkurencji, oraz do **rozstrzygania** wszystkich spraw przewidzianych regulaminem zawodów.

Sędzia narciarski orzeka **według swego sumienia nieodwołalnie w kwestji faktów** i od wyrokow jego **niema odwołania,** za wyjątkiem wypadku **naruszenia statutu i regulaminu** sportowego PZN. lub F. I. S. (w czasie zawodów wg. regulaminu F. I. S.).

Sędzią narciarskim może być **tylko zrzeszony w PZN.** o nieposzlakowanej **przeszłości,** odpowiedniego charakteru i poziomu moralnego, o **ogólnem wykształceniu,** który wykazuje się **znajomością regulaminów** w praktyce i teorji i zostanie **mianowany** sędzią przez PZN. oraz znajduje się **na liście ewidencyjnej,** wydawanej corocznie przez PZN.

Sędziowie narciarscy **podlegają** pod względem **dyscyplinarnym i ewidencyjnym,** oraz **wyszkoleniowym — Wydziałowi Spraw Sędziowskich przy K. S. PZN.**

Związek Narciarski dzieli sędziów na: 1) **międzynarodowych,** 2) **związkowych,** 3) **okręgowych.** Ponadto istnieje kategorja **sędziów kandydatów.**

Sędziego międzynarodowego zatwierdza **F. I. S.** na wniosek Polskiego Związku Narciarskiego **zpośród sędziów związkowych.** Liczba sędziów międzynarodowych jest ograniczona **do 10-ciu osób.**

Sędziów związkowych powołuje PZN. z **listy sędziów okręgowych.**

Sędziów okręgowych mianuje Zarząd Okręgu PZN, a zatwierdza nominację i ogłasza w komunikacie KS PZN, na wniosek Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej.

Wszyscy sędziowie muszą być zrzeszeni w Polskim Związku Narciarskim i zaopatrzeni w legitymacje. Sędziowska legitymacja bez równocześnie okazywanej członkowskiej legitymacji PZN. (czarnej) **z nalepką na dany sezon** — jest nieważna, a sędziowie niezrzeszeni zostają skreśleni z oficjalnej listy.

Po okresie trzechletnim od daty mianowania sędzią — należy przedłożyć K. S. PZN. **legitymację sędziowską do odnowienia.** Równocześnie należy przedłożyć **zaświadczenie zarządu Okręgu narciarskiego** (sędziowie okręgowi swego Okręgu, sędziowie związkowi — dowolnego Okręgu), że dany sędzia **w ciągu ostatniego trzechlecia spełniał funkcje sędziowskie.** Sędziowie nie dopełniający powyższego obowiązku i nie mogący wykazać się zaświadczeniem Okręgu — **zostaną skreśleni** z oficjalnej listy

Wszyscy sędziowie są zobowiązani do przesyłania **pod adresem** K. S. PZN. (Kraków, ul. J. Piłsudskiego 13) ewentualnych **zmian miejsca zamieszkania** celem utrzymania prawidłowej ewidencji .

* * *

Przy zarządzie **każdego okręgu**, a w miarę potrzeby także w tych miejscowościach, w których uzna to za potrzebne Wydział Spraw Sędziowskich, urzęduje stale **Okręgowa Komisja Egzaminacyjna.**

Okręgowa Komisja Egzaminacyjna **przyjmuje zgłoszenia** kandydatów na **egzaminy.**

Przeprowadza egzaminy, tak teoretyczne jak i praktyczne. Stawia **wnioski o mianowanie** osób, które zdały egzamin Zarządowi Okręgu (mianuje on sędziów okręgowych). Stawia do Komisji Sportowej PZN. wnioski o mianowanie sędziami związkowymi tych sędziów okręgowych, którzy jako sędziowie okręgowi wykazali działalność i zdali odpowiedni egzamin.

Zawodnicy rejestrowani, którzy ubiegają się o tytuł sędziego, mogą być **zwolnieni z części praktycznej** egzaminu, a to zawodnicy w biegu — odnośnie biegów, zawodnicy w skoku — odnosnie skoków.

W miejscach odległych od siedziby O. N. Okręgowe Komisje Egzaminacyjne mogą mianować bez egzaminów, **sędziów kandydatów.** Sędziowie kandydaci są uprawnieni do sędziowania biegów narciarskich **w charakterze pomocników.**

Okręgowi sędziowie kandydaci mianowani są na jeden rok i tylko w wyjątkowych wypadkach mogą być mianowania prolongowane, poczem winni bezwzględnie **poddać się egzaminowi.**

Wszyscy sędziowie z wyjątkiem sędziów kandydatów **są** uprawnieni do noszenia **odznaki sędziowskiej,** którą nabyć można w **sekretarjacie P. Z. N.,** Kraków, ul. Piłsudskiego 13.

Szczegółowe prawa i obowiązki sędziów P. Z. N. okreslone są **„Instrukcją Sędziowską",** którą otrzymać można w sekretarjacie P. Z. N.

* * *

W razie **zmiany adresu,** lub przynależności klubowej, każdy sędzia umieszczony na oficjalnej liście sędziów, winien **natychmiast zawiadomić o tem KS PZN.**

OKRĘGOWE KOMISJE EGZAMINACYJNE DLA SĘDZIÓW P. Z. N.

Komisja Sportowa zatwierdziła na sezon 1935/36 poniższe Komisje Egzaminacyjne dla sędziów PZN.:

I. Warszawski Okręg PZN.: płk. Barzykowski Stanisław, kpt. Frühauf Marjan, mjr. Jiruszka Henryk, kpt. dr. Mazurek Józef, płk. Sosabowski Stanisław, inż. Schiele Aleksander, dr. Wyżykowski Stanisław.

II. Wileński Okręg PZN.: dyr. Szwykowski Ludwik, inż. Grabowiecki Jan.

III. Lwowski Okręg PZN.: Kullmann Karol, prof. dr. Klemensiewicz Zygmunt, Lankosz Józef, Rodzynkiewicz Ryszard, Szczepanowski Jan.

IV. Podhalański Okręg PZN.: inż. Schiele Kazimierz, Górski Stanisław, Rozmus Aleksander, Zylberman Leopold.

V. Krakowski Okręg PZN.: dr. Kowenicki Stanisław, mgr. Bośniacki Zygmunt, mgr. Christoff Otto, dr. Wajda Stanisław, mgr. Nitribitt Roman, Nowikow Andrzej, Radkiewicz Stefan.

VI. Śląski Okręg PZN.: por. Kasprzyk Artur, prof. Kisieliński Stefan, Lipowczan Jan, inż. Kaliciński Eugenjusz, Szotkowski Władysław.

VII. Grodzieński Okręg PZN.: skład Komisji ustalony zostanie w komunikacie PZN.

VIII. Przemyski Okręg PZN.: płk. dypl. Kawiński Rudolf, mjr. Hofbauer Zygmunt, prof. Kolankowski Juljan, kpt. Karnibad Stanisław, kpt. Krannerwetter Alojzy, płk. dypl. Lawicz Wilhelm, por. Steczkowski Stanisław, Wasung Aleksander.

IX. Pomorski Okręg PZN.: płk. Nakoniecznikoff Przemysław, inż. Tychoniewicz Stanisław, kpt. Spyrłak Stanisław, dr. Monné Mieczysław.

X. Wołyński Okręg PZN.: prof. Kozłowski Juljan, Gronowski Ludwik, prof. Stankiewicz Stanisław, por. Dziewulak Wacław.

* * *

Wszyscy sędziowie umieszczeni na liście oficjalnej obowiązani są podać do KS PZN (Kraków, J. Piłsudskiego 13) do I. V. 1936 r. — swą przynależność klubową, oraz numer legitymacji czarnej i nalepki PZN, pod rygorem skreślenia z listy.

Jadąc na wycieczki narciarskie — pamiętajcie o tych, którzy z powodu braku środków nie mogą uprawiać naszego sportu. Składajcie używany zbędny sprzęt narciarski na cele rozdawnictwa nart wśród niezamożnej młodzieży do Tow. Krzewienia Narciarstwa — Kraków, ul. Piłsudskiego 13

OFICJALNA LISTA SĘDZIÓW P. Z. N. NA SEZON 1935/36

W poniższej oficjalnej liście sędziów PZN. pomieszczeni zostali wyłącznie ci sędziowie, którzy zastosowali się do ogłoszonych wymogów i przysłali dowody przynależności związkowej w sezonie 1934/5 (Nr „czarnej" legitymacji PZN i Nr nalepki ważności). Wszyscy inni sędziowie zostali skreśleni z listy sędziowskiej.

Sędziowie ci po uzupełnieniu braków (po zrzeszeniu się w dowolnem Towarzystwie, podaniu adresu itp.) mogą być wciągnięci z powrotem na oficjalną listę sędziów.

Sędziowie umieszczeni w poniższej liście winni w sezonie 1935/36 zrzeszyć się, gdyż w przeciwnym razie zostaną definitywnie skreśleni z oficjalnej listy sędziów (na sezon 1936/37).

I. SĘDZIOWIE MIĘDZYNARODOWI:

Inż. Bobkowski Aleksander (Warszawa), **dr. Boniecki** Aleksander (Kraków), **red. Faecher** Stanisław (Kraków), **Grosman** Hugo (Kraków), **Loteczka** Roman (Chrzanów), **dr. Macudziński** Bolesław (Kraków), **inż. Ramza** Tadeusz (Kraków), **dr. Szatkowski** Henryk (Warszawa), **dr. Załuski** Kazimierz (Kraków), **ppłk. Ziętkiewicz** Władysław (Warszawa).

II. SĘDZIOWIE ZWIĄZKOWI:

Aschenbrenner Fritz (Bielsko), **płk. Barzykowski** Stanisław (Warszawa), **dr. Bialikiewicz** Stanisław (Lwów), **Boczar** Mieczysław (Warszawa), **Borzęcki** Mieczysław (Poznań), **Bośniacki** Zygmunt (Kraków), **mgr. Breuer** Stanisław (Warszawa), **Bujak** Franciszek (Zakopane), **Bujak** Ignacy (Zakopane), **Bujak** Józef (Zakopane), **Ciesielski** Tadeusz (Rafajłowa), **dr. Cieszyński** Ignacy (Bielsko), **Czaykowski** Igor (Stanisławów), **Czech** Bronisław

(Zakopane), dr. **Dorawski** Jan (Kraków), kpt. **Frühauf** Marjan (Warszawa), **Georgiades** Wiktor (Biała), **Gronowski** Ludwik (Krzemieniec), **Iwelski** Stefan (Kraków), inż. **Jakóbczyński** Marjan (Lwów), inż. **Kaliciński** Eugenjusz (Katowice), por. **Kasprzyk** Artur (Katowice), mjr. **Kempski** Stanisław (Warszawa), **Kischa** Jan (Bielsko), **Kisieliński** Stefan (Katowice), dr. **Klemensiewicz** Zygmunt (Lwów), **Kolankowski** Juljan (Przemyśl), **Kormicki** Stefan (Kraków), **Kozłowski** Juljan Jan (Krzemieniec), **König** Kurt (Bielsko), **Krzeptowski** Andrzej I. (Zakopane), **Kullmann** Karol (Drohobycz), ppłk. **Kurcz** Stanisław (Kleck), por. **Kwaśnica** Edward (Warszawa), **Lachman** Odo (Zakopane), dr. **Landau** Gustaw (Kraków), dr. **Lankosz** Józef (Lwów), **Leisten** Zygmunt (Zakopane, **Leszko** Ludwik (Kraków), **Lipowczan** Jan (Katowice), **Lipowczan** Józef (Wisła), **Lipowczan** Karol (Ustroń), **Loteczkowa** Janina (Kraków), mjr. **Łucki** Jerzy (Rembertów), **Machauf** Jan (Bielsko), **Malczewski** Rafał (Zakopane), **Mangel** Leon (Zakopane), **Maurizio** Marjan (Kraków), dr. **Mazurek** Józef (Warszawa), dr. **Merunowicz** Jakób (Kraków), **Nitribitt** Roman (Krynica), **Oppenheim** Józef (Zakopane), **Paudyn** Tadeusz (Zakopane), por. **Pawlik** Bruno (Kraków), **Pawłowski** Leszek (Lwów), gen. **Przeździecki** Wacław (Bielsko), **Rayski** Zygmunt (Warszawa), dr. **Rapaport** Bernard (Lwów), **Rieger** Andrzej (Katowice), **Rittersschild** Zdzisław (Zakopane), dr. **Robinsohn** Otto (Bielsko), **Roehr** Jan Kanty (Katowice), **Rozmus** Aleksander (Zakopane), dr. **Rucker** Zygmunt (Lwów), inż. **Rudnicki** Janusz (Warszawa), inż. **Schiele** Aleksander (Warszawa), inż. **Schiele** Kazimierz (Zakopane), dr. **Schoenowitz** Marjan (Katowice), kpt. **Stiller** Ernest (Bielsko), inż. **Stobiecki** Tadeusz (Lwów), dr. **Stonawski** Edward (Bielsko), **Szotkowski** Władysław (Cieszyn), rtm. **Tuczemski** Adam (Warszawa), płk. **Wagner** Franciszek (Zakopane), dr. **Wajda** Stanisław (Kraków), **Wertheimer** Henryk (Kraków), **Woyna** Stanisław (Gdańsk), dr. **Wyżykowski** Stanisław (Warszawa), **Zajączek** Władysław (Biała), gen. **Zaruski** Marjusz (Warszawa), **Zdyb** Stanisław (Zakopane), **Zeitinger** Walter (Bielsko), **Ziętkiewiczowa** Ela (Zakopane) **Zubek** Stanisław (Zakopane), **Zylberman** Leopold (Zakopane), **Żarlikowski** Kazimierz (Krynica), **Żytkowicz** Władysław (Warszawa).

III. SĘDZIOWIE OKRĘGOWI:

I. Warszawski Okręg PZN.:

(W = Warszawa; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Mgr. Bojcun Władysław (Poznań), **Chowańczak** Jan (W), **płk. Czapliński** Emil (Lublin), **por. Czarnecki** Stefan (W), **inż. Dąmbski** Alojzy Tomasz (W), **Drewnowski** Jan (W), **inż. Dudryk** Maksymiljan (W), **płk. Fonferko** Tadeusz (W), **płk. Grodzicki** Mieczysław (W), **sierż. Heidrych** Teodor (Lublin), **dr. Jabłczyńska-Jędrzejewska** Hanna (W), **por. Kasprzyk** Alfred (W), **Krzeczkowski** Bronisław (W), **Lebenbaum** Gusta (Łódź), **inż. Lekszycki** Józef (W), **płk. dypl. Lichtarowicz** Ludwik (W), **Lipiński** Wacław (W), **kpt. Lubicz-Nycz** Leszek (Poznań), **Malinowski** Stanisław (W), **Miłobędzki** Adam (W), **Morsztynkiewicz** Ludwik (W), **por. Myśliński** Piotr (Lublin), **Piechota** Jan (Lublin), **inż. Rothert** Bolesław (W), **mgr. Sabatowski** Tadeusz (Lublin), **Skład** Jan (W), **Składowa** Hilda (W), **Skotnicki** Franciszek (W), **Smoluchowski** Wilhelm (Natalin), **Szkólnik** Mieczysław (W), **por. Szumowski** Zygmunt (Ostrów Mazowiecki), **por. Trzepałko** Franciszek (W), **inż. Weker** Wacław (W), **Winiarski** Czesław (W), **Węglorz** Emil (Poznań), **dr. Zabawska-Domosławska** Zofja (W).

II. Wileński Okręg PZN.:

Grabowiecki Jan (Wilno), **Papieski** Hipolit (Słonim), **por. Prus** Stanisław Maksymiljan (Głębokie), **Szwykowski** Ludwik (Wilno), **por. Więckowski** Stanisław (Dukszty).

III. Lwowski Okręg PZN.:

(L = Lwów; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Por. Antonów Jan (Kołomyja), **por. Baszniak** Edward (L), **Bernaś** Bronisław (L), **Bysko** Stanisław (Stryj), **por. Chełchowski** Piotr (Stanisławów), **Cybyk** Aleksander (Tarnopol), **Gąsior** Antoni (L), **Głodkiewicz** Mieczysław

(L), **por. Halka** Władysław (Stryj), **Horowitz** Oswald (L), **por. Jaworski** Zbigniew (Stanisławów), **Kozło** Włodzimierz (L), **Kugler** Emil (L), **Kupniewski** Edmund (Stryj), **Łach** Witold (L), **Mackiewicz** Stefan (L), **mgr. Madfes** Karol (L), **Meisels** Henryk (L), **Münnich** Irena (Czortków), **Owiński** Tadeusz (L), **Puchalski** Roman (L), **Szczepanowski** Jan (L), **Szybalski** Stefan (L), **inż. Walczak** Janusz (L), **dr. Wilder** Oskar (Stanisławów), **kpt. Zaremba** Stanisław (L).

IV. Podhalański Okręg PZN.:

(Z = Zakopane; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Bąbała Władysław (Z), **Czech** Władysław (Z), **Dyrek** Ferdynand (Z), **Firsoff** Włodzimierz (Z), **Frey** Salomon (Nowy Sącz), **mgr. Füller** Michał (Nowy Sącz), **inż. Horowitz** Dawid (Z), **Jabłoński** Michał Hubert (Z), **Joniec** Marjan (Z), **Kobierski** Adam (Bukowina), **Kołakowski** Zdzisław (Z), **Lorek** Karol (Z), **Mieloch** Mieczysław (Z), **Mielelski** Władysław (Z), **Motyka** Stanisław (Z), **Ochotnicki** Edward (Z), **Piwok** Leonard (Z), **Piwok** Maurycy (Z), **Rubinowski** Rudolf (Poronin), **Singer** Jakób (Z), **Szczypiński** Jan Kanty (Z), **dr. Werner** Artur Karol (Szczawnica), **Woroniecki** Adam (Szczawnica).

V. Krakowski Okręg PZN.:

(K = Kraków; inne miejscowości podane są w pełnem brzmieniu)

Inż. Abeles Robert (K), **Alberti** Adam (K), **inż. Barzykowski** Tadeusz (Mościce), **mgr. Biernakiewicz** Tadeusz (K), **Biernakiewiczowa** Jadwiga (K), **gen. Bobkowski** Henryk (K), **sierż. Borkowski** Franciszek (Nowy Sącz), **Bukowski** Włodzimierz (K), **mgr. Christoff** Otto (K), **Chromy** Jan (K), **Cybulski** Jan (K), **Cyrek** Władysław (K), **Czyżewski** Mieczysław (Rabka), **Dubieńska** Wanda (K), **Faecherowa** Janina (K), **Fischer** Jan Józef (K), **Finder** Janusz (Nowy Sącz), **mgr. Gdowski** Jan (K), **mjr. Głowacki** Jerzy Franciszek (Wadowice), **dr. Hirsch** Leon (K),

lek. **Huczyński** Janusz (K), **Jaworzyński** Józef (K), **Kapusta** Zygmunt (K), **Kleczewski** Adam Tadeusz (K), **dr. Koerbel** Stanisław (Nowy Sącz), **inż. Kolder** Władysław (K), **dr. Kowenicki** Stanisław (K), **Kozdruń** Mieczysław (Limanowa), **Kozień** Tadeusz (K), **inż. Krystek** Zbigniew (Mościce), **Lermer** Stanisław (K), **Litwin** Henryk (K), **mgr. Lubaczewski** Marjan (K), **dr. Łaba** Włodzimierz (K), **inż. Mendocha** Roman (K), **por. Mizerski** Witold (K), **Münnich** Tadeusz (K), **Nowikow** Andrzej (Krynica), **Palka** Wincenty (Tenczynek), **Piętka** Stanisław (Gołkowice Polskie), **Pisz** Bronisław (K), **Płonka** Zoigniew (K), **dr. Popielówna** Irena (K), **Rybka** Aleksander (K), **Rychlik** Emil (K), **Ryszówna** Nola (K), **Scheinbach** Józef (K), **Spiess** Tadeusz (K), **kpt. Suchorzewski** Kazimierz (Nowy Sącz), **por. Teichen** Henryk (K), **Weber** Alfred (Andrychów), **Wertheimer** Henryk (K), **Wiśniewski** Józef (K), **Wodecki** Zygmunt (K), **Wusatowski** Zygmunt (K), **Zawiła** Stanisław (Chrzanów), **Ziegler** Emil (Nowy Sącz).

VI. Śląski Okręg PZN.:

Bilko Andrzej (Cieszyn), **Budil** Hugon (Biała), **Bury** Stanisław (Zwardoń), **Cieślar** Michał (Wisła), **Drózd** Jerzy (Wisła), **Danziger** Otton (Bielsko), **Dublaszewski** Jan (Katowice), **Feiler** Leopold (Bielsko), **inż. Fucik** Wiktor (Żywiec), **Gałuszka** Brunon (Cieszyn), **Gazurek** Ignacy (Ustroń), **Górski** Roman (Katowice), **Güntner** Edward (Katowice), **por. Hussakowski** Antoni (Chorzów), **Karuga** Wincenty (Katowice), **mgr. Kaszper** Tadeusz (Katowice), **Kempys** Antoni (Biała), **Klimonda** Roman (Zwardoń), **Kluzik** Władysław (Katowice), **dr. Kocur** Adam (Katowice), **Kocur** Ferdynand (Katowice), **Kroker** Karol (Wisła), **Koźbiał** Klemens (Cieszyn), **dr. Libański** Józef (Bielsko), **Macura** Stanisław (Cieszyn), **Machanek** Hubert (Ustroń), **Pellar** Jan (Wisła), **Merta** Stanisław (Biała), **Płonka** Franciszek (Biała), **Ratkowski** Sylwester (Grodziec), **Rzyman** Franciszek (Katowice), **Sabela** Adam (Cieszyn), **Sękowski** Stanisław (Żory), **Siekierzyński** Walter (Bielsko), **Smelty** Artur (Biała), **Staszkiewicz** Rudolf (Biała), **Studencki** Kazimierz (Żywiec), **Szczepański** Karol (Cieszyn), **Szumański** Tadeusz (Katowice), **Śniegoń** Karol (Szczygłowice), **Tchórzewski** Bronisław (Żywiec), **Wilke** Wiktor (Bielsko), **Wolski** Władysław

(Grodziec), **Wróbel** Tomasz (Biała), **Zajonz** Willi (Katowice), **Ziemba** Stanisław (Katowice).

VII. Grodzieński Okręg PZN.:

Dobrowolski Cyprjan Władysław (Grodno).

VIII. Przemyski Okręg PZN.:

Belina Rudolf (Sanok), **Bezucha** Jan (Sanok), **Cybulski** Jerzy (Kielce), **Dąmbski** Zygmunt (Iwonicz), **Garbacik** Tadeusz (Jasło), **inż. Górka** Henryk (Borysław), **Heiler** Stanisław (Borysław), **mjr. Hofbauer** Zygmunt (Sambor), **por. Kaczmarek** Marjan (Przemyśl), **por. Kaliński** Jan (Drohobycz), **kpt. Karnibad** Stanisław (Sanok), **płk. Kawiński** Rudolf (Przemyśl), **por. Klepacki** Jan Marjan (Jarosław), **kpt. Kolasiński** Aleksander (Przemyśl), **inż. Koperkiewicz** Konrad (Sambor), **Kowalski** Tadeusz (Drohobycz), **kpt. Krannerwetter** Alojzy (Rzeszów), **Kudłaty** Józef (Krosno), **Lachowicz** Ignacy (Drohobycz), **Lachowiczowa** Anna (Drohobycz), **płk. dypl. Lawicz** Wilhelm (Przemyśl), **Lech** Edward (Przemyśl), **por. Łabno** Edward Paweł (Sanok), **Masłyk** Rudolf (Sianki), **por. Pieniak** Franciszek (Sanok), **Rygiel** Antoni (Iwonicz), **Rynikiewicz** Edward (Przemyśl), **por. Sikorski** Józef (Wierzbnik), **Steczkowski** Stanisław (Drohobycz), **kpt. Wanacki** Bonifacy (Sambor), **Wasung** Aleksander (Kielce), **por. Wayda** Antoni (Sanok), **por. Wiśniowski** Stanisław (Sambor), **por. Witkowski** Edmund (Przemyśl), **Zając** Jan (Kielce), **Załuski** Bogdan (Iwonicz).

IX. Pomorski Okręg PZN.:

Hamer Joachim (Gdynia), **Jaroszewski** Wiesław (Tczew), **ppłk. Nakoniecznikoff** Przemysław (Torun). **Petrusewicz** Stanisław (Gdańsk), **dr. Sielużycki** Eugenjusz (Bydgoszcz), **kpt. Spyrłak** Stanisław (Bydgoszcz), **Wójcicki** Antoni (Gdynia).

X. Wołyński Okręg PZN.:

Por. Romański Maciej (Hoszcza), **Stankiewicz** Stanisław (Dubno), **Süss** Marjan (Wiśniów).

Wzór, wykonanie i sprzedaż „odznaki za sprawność P. Z. N.“ są zastrzeżone wyłącznie dla Polskiego Związku Narciarskiego na podstawie świadectwa ochronnego Urzędu Patentowego — Numer Rejestracyjny 2598 z dnia 14 lutego 1934 r.

Odznaki nabywać mogą tylko uprawnieni i to jedynie w Polskim Związku Narciarskim — Kraków, ul. Piłsudskiego 13.

Przeciwko osobom lub firmom podrabiającym lub sprzedającym „odznakę za sprawność“ — wystąpi P. Z. N. na drogę sądową.

ODZNAKA ZA SPRAWNOŚĆ

Każdy narciarz i narciarka winni starać się o zdobycie narciarskiej odznaki za sprawność. Odznaka za sprawność jest zaszczytnem odznaczeniem, przyznawanem przez Polski Związek Narciarski na znak uznania za pracę około podniesienia wychowania fizycznego w zakresie narciarstwa.

Wielka ilość odznak za sprawność zdobytych przez polskich narciarzy, świadczyć będzie najlepiej o kulturze fizycznej ogółu narciarzy.

Normy zdobycia odznaki są przystępne i dostosowane do warunków wieku. Odznaka nie wymaga koniecznie doskonalenia się i rekordu, lecz zmierza do utrzymania sprawności do jak najpóźniejszego wieku.

Początek zdobycia odznaki jest bardzo łatwy, zdobyć więc ją i przejść wszystkie jej stopnie może i powinien prawie każdy narciarz i prawie każda narciarka.

Do chwili obecnej około 35.000 narciarzy ubiegało się o odznakę za sprawność.

REGULAMIN
ODZNAKI ZA SPRAWNOŚĆ
Polskiego Związku Narciarskiego

zatwierdzony na wniosek K. S P. Z. N. na posiedzeniu Zarządu Głównego 26 października 1926 r. i uzupełniony przez Zarząd Główny według propozycji W. Z. D. z 1 czerwca 1929 r., według zarządzeń Komisji Sportowej P. Z. N. w ciągu roku 1930, biegiem wojskowym ze strzelaniem 21 grudnia 1930 r. oraz według opinji Rady Narciarskiej z 11 września 1932 r. i 20 października 1934 r., wreszcie według zarządzeń Komisji Sportowej w ciągu lat 1934 i 1935.

I. Postanowienia ogólne

§ 1 Polski Związek Narciarski przyznaje odznakę za sprawność jako uznanie za pracę zmierzającą do podniesienia wychowania fizycznego w zakresie narciarstwa.

§ 2 Celem odznaki jest:

1. Budzenie jak najszerszego zainteresowania do ćwiczeń na nartach.
2. Zachęcanie młodzieży do racjonalnego uprawiania sportu narciarskiego.
3. Utrzymanie sprawności narciarskiej do jak najpóźniejszego wieku

§ 3. Do ubiegania się o odznakę dopuszczony jest każdy nieposzlakowany obywatel polski, który ukończył 18 rok życia i spełnił niżej podane warunki w zakresie sprawności narciarskiej.

Prócz tego dopuszczona jest do ubiegania się o osobną odznakę młodzież w wieku 12—18 lat, spełniająca warunki w zakresie sprawności narciarskiej, przewidziane dla młodzieży.

§ 4. Kierownictwo rozdziału i ewidencji odznaki zastrzeżone jest Zarządowi Głównemu P. Z. N., który ponadto czuwa, by.

1. odznaka była zawsze wysoko ceniona wśród ogółu,
2. osiągnięcie przewidzianych regulaminem warunków otrzymania odznaki było zawsze jak najbardziej rzetelne.
3. by warunki uzyskania odznaki dostosowywano do rozwoju narciarstwa.

§ 5. Odznaka ma następujące kategorje i stopnie:

Kategorja I. Dla mężczyzn i kobiet — stopnie: bronzowy, srebrny i złoty.

Kategorja II. Dla młodzieży — stopnie: bronzowy, srebrny i złoty.

Rysunek odznaki dla obu kategoryj i wszystkich stopni jest jednakowy, przyczem wymiary odznaki dla młodzieży są o jedną trzecią mniejsze od wymiaru odznaki dla starszych.

§ 6. Posiadacz odznaki otrzymuje od Związku legitymację odznaki, względnie zaświadczenie na legitymacji członkowskiej.

Wolno nosić odznakę tylko najwyższego posiadanego stopnia.

§ 7. Zarząd Główny PZN. ma prawo nieudzielenia, względnie odebrania odznaki, tym wszystkim spełniającym warunki osobom, które:

1. zostały dożywotnio zdyskwalifikowane,
2. działają na szkodę Związku,
3. którym udowodniono przekroczenia natury etycznej.

§ 8. Nazwiska odznaczonych i ich przynależność klubowa wraz z wynikami są podane zapomocą oficjalnego komunikatu i prasy do ogólnej wiadomości.

II. Zasady ubiegania się o odznakę

§ 9. Konkurencja o odznakę odbywać się może:

1. podczas specjalnie dla konkurencji o odznakę organizowanych imprez,
2. podczas oficjalnych zawodów narciarskich w kraju,
3. podczas zawodów zagranicznych (w tym wypadku niezbędne jest zaświadczenie danego Związku narciarskiego, stwierdzające prawdziwość danych).

§ 10. Szlaki biegów muszą być **dokładnie wymierzone i wyznaczone** oraz odpowiadać warunkom regulaminu zawodów P. Z. N., przyczem start i meta muszą znajdować się w jednem miejscu. Zarząd Główny P. Z. N. ma prawo ukarać Towarzystwo urządzające konkurencję o odznakę, odebraniem prawa organizowania tej konkurencji w przyszłości, gdyby warunki zawodów były nieodpowiednie. W większych ośrodkach narciarskich konkurencja o narciarską odznakę za sprawność odbywa się na stałych trasach ustalonych przez K. S. P. Z. N.

§ 11. Konkurencję urządza Towarzystwo należące do

P. Z. N. względnie organizacja, która otrzyma mandat od P. Z. N. (K. S. P. Z. N.).

§ 12. Dla ważności konkurencji o odznakę nieodzowną jest obecność przynajmniej dwóch sędziów okręgowych P. Z. N. (z wyjątkiem zawodów zagranicznych). Wyniki mają być bezzwłocznie podane do wiadomości Komisji Sportowej P. Z. N., która przeprowadza ich weryfikację, zaciąga do kart ewidencyjnych i wydaje odznaki.

§ 13. **Odznakę zdobyć można tylko raz w roku narciarskim** (kilkakrotne próby są dopuszczalne). Zdobywanie odznaki możliwe jest tylko według kolejności stopni, których przeskakiwać nie można. Konkurencja zaczyna się od zdobycia odznaki bronzowej.

§ 14. **Badanie lekarskie uczestników konkurencji jest obowiązujące.**

III. Warunki zdobycia odznaki za sprawność

Odznaka dla starszych.

§ 15. *Narciarze* w wieku: 1) 18—31 lat (włącznie), 2) 32—39 lat (włącznie), 3) 40—49 lat (włącznie), 4) 50—59 lat (włącznie), 5) 60 lat i więcej, ubiegają się o odznakę kategorji I-szej wszystkich stopni na podstawie warunków zebranych w tabeli (p. str. 96 i 97). Wystarczy spełnić tylko jeden z podanych warunków, których wybór jest dowolny.

Narciarze w wieku 18 do 50 lat mogą zdobyc odznakę także na podstawie biegu wojskowego ze strzelaniem (p. rozdz. IV).

§ 16. *Narciarki* ponad 17 lat ubiegają się o odznakę za sprawność kategorji I-szej, wszystkich stopni na podstawie warunków wykazanych w następującej tabeli:

Bieg 8 km w terenie pagórkowatym	17—29 lat	30—39 lat	40 lat i więcej
Bronzowa odznaka. Należy osiągnąć:	1.10:00	1:19:00	1:27:00
Srebrna odznaka[1]). Należy osiągnąć:	52:00	1:06:00	1:14:00
Złota odznaka[2]). Należy osiągnąć:	48:00	1:00:00	1:08:00

[1]) Można także zdobyć przez trzykrotne powtórzenie norm wymaganych dla odznaki bronzowej.

[2]) Można także zdobyć przez trzykrotne powtórzenie norm wymaganych dla odznaki srebrnej.

Tabela warunków zdobycia odznaki za sprawność dla narciarzy ponad 18 lat (Cz. I)

Nr. konkurencji	Rodzai konkurencji o odznakę		Odznaka bronzowa					Odznaka srebrna		
			18–31 lat	32–39 lat	40–49 lat	50–59 lat	60 lat i więcej	18–31 lat	32–39 lat	40–49 lat
1	Bieg 12—18 km. Należy osiągnąć:	12 km:	1:30:24	1:33:24	1:36:48	1.45:00	2:30:00	1:12:00	1:18:00	1:22:00
		13 km:	1:38:09	1:41:24	1.45:05	1:54:50	2:13:15	1:19:28	1:25:09	1:29:29
		14 km:	1:45:56	1:49:26	1:53:36	2:34:50	2:27:00	1:25:10	1:32:24	1:37:04
		15 km:	1:53:45	1.57:30	2:01:45	2:16:15	2:41:15	1:32:00	1:39:45	1:44:45
		16 km:	2.01:26	2:05:36	2:10.08	2:28:00	2:56:00	1:38:56	1:47:12	1:52:32
		17 km:	2:09.29	2:13:44	2:18:33	2:41:30	3:11 15	1:45:58	1:55:02	2.00:42
		18 km:	2:17:24	2.22.14	2:27.00	2:55:30	3:27:00	1:53:24	2:03:00	2:09:00
2	Bieg 30 km. Należy osiągnąć:		3:55:00	4:02:30	4:11:00	5:00:00	5:52.30	3:12:00	3.30:00	3:42:30
3	Bieg 60 km. Należy osiągnąć:		7:05·00	7:17:[illegible]	7:31:40	9:10:00	10:50:00	5:30:00	6:02:30	6:27:30
4	Bieg złożony: Z ogółu klasyfik. należy być w nast. pierwszych częściach:		5/10	6/10	8/10	—	—	4/10	5/10	7/10
5	Powtórzenie norm niższego stopnia.		—	—	—	—	—	Trzykrotne powtórzenie norm dla odznaki bronzowej		

Tabela warunków zdobycia odznaki za sprawność dla narciarzy ponad 18 lat (Cz. II).

Nr. konkurencji	Rodzaj konkurencji o odznakę		Odznaka srebrna		Odznaka złota				
			50–59 lat	60 lat i więcej	18–31 lat	32–39 lat	40–49 lat	50–59 lat	60 lat i więcej
1	Bieg 12—18 km. Należy osiągnąć:	12 km:	1:30:00	1:36:00	1:00:00	1:12:00	1:18:00	1:26:00	1:30:00
		13 km:	1:37:56	1:44:26	1:05:26	1:18:26	1:25:09	1:33:36	1:37:56
		14 km:	1:46:10	1:53:10	1:11:04	1:25:10	1:32:24	1:41:30	1:46:10
		15 km:	1:55:00	2:02:30	1:16:30	1:32:00	1:39:45	1:50:00	1:55:00
		16 km:	2:04:00	2:12:30	1:22:24	1:38:56	1:47:12	1:58:40	2:04:00
		17 km:	2:13:44	2:22:14	1:28:24	1:45:58	1:55:02	2:07:30	2:13:44
		18 km:	2:24:00	2:33:00	1:34:30	1:53:24	2:03:00	2:16:30	2:24:00
2	Bieg 30 km. Należy osiągnąć:		4:07:30	4:20:00	2:40:00	3:12:00	3:30:00	3:52:30	4:07:30
3	Bieg 50 km. Należy osiągnąć:		7:13:20	7:34:10	4:35:00	5:30:00	6:05:00	6:48:20	7:13:20
4	Bieg złożony: Z ogółu klasyfik. należy być w nast. pierwszych częściach:		—	—	3/10	4/10	6/10	—	—
5	Powtórzenie norm niższego stopnia.		Trzykrotne powtórzenie norm dla odznaki bronzowej		Trzykrotne powtórzenie norm dla odznaki srebrnej				

§ 17. *Odznaka dla młodzieży.*

O odznakę kategorji II-giej dla młodzieży ubiegają się następujące klasy młodzieży: 1) Młodsi 12—14 lat, 2) Junjorzy 15—17 lat, 3) Dziewczęta 12 i 13 lat, 4) Dziewczęta 14—16 lat.

A) *Młodsi 12—14 lat*: Odznakę bronzową zdobyć mogą młodsi 12—14 lat, jeżeli łącznie: a) w biegu 4 km w terenie pagórkowatym osiągną czas 40 min., oraz b) na małej skoczni osiągną skok bez upadku 8 m długi.

Odznakę srebrną dla młodzieży zdobyć mogą młodsi, jeżeli trzykrotnie (każdorazowo raz do roku) normę powyższą powtórzą.

(Uwaga: Zdobycie w tym okresie jedno- lub dwukrotnie odznaki bronzowej albo zdobycie odznaki srebrnej wlicza się po przekroczeniu 15 lat wieku do okresu junjorów).

B) *Junjorzy 15—17 lat*: Odznakę bronzową zdobyć mogą junjorzy, którzy w młodszym wieku nie zdobyli srebrnej odznaki, jeżeli łącznie: a) w biegu 9 km w terenie pagórkowatym osiągną czas 1:28:00, oraz b) na średniej skoczni osiągną skok z notą conajmniej 11 przy minimalnej długości skoku 13 m.

Odznakę srebrną zdobyć mogą posiadacze odznaki bronzowej (może być ona zdobyta w młodszym wieku), jeżeli normę wymaganą dla tej odznaki trzykrotnie powtórza lub łącznie: a) w biegu 9 km w terenie pagórkowatym osiągną czas 1:18:00, oraz b) na średniej skoczni osiągną skok z notą przynajmniej 13, przy minimalnej dlugosci 15 m.

Odznakę złotą dla młodzieży mogą zdobyć junjorzy, posiadający odznakę srebrną, powtarzając trzykrotnie normy dla niej wymagane.

C) *Dziewczęta 12 i 13 lat*: Odznakę bronzową zdobyć mogą dziewczęta 12 i 13 lat, jeżeli w biegu 3 km w terenie pagórkowatym osiągną czas 0:30:00.

Odznakę srebrną zdobyć mogą dziewczęta 12 i 13 lat, jeżeli normę powyższą dwukrotnie powtórzą.

(Uwaga: Identycznie jak w uwadze przy ustępie A niniejszego paragrafu).

D) *Dziewczęta 14—16 lat*: Odznakę bronzową zdobyć mogą dziewczęta w tym wieku, które uprzednio nie zdobyły żadnej odznaki, jeżeli w biegu 4 km, w terenie pagorkowatym osiągną czas 0:55:00.

Odznakę srebrną zdobyć mogą posiadaczki odznaki bronzowej (może być ona zdobytą w młodszym wieku), jeżeli powtórzą dwukrotnie normy wymagane dla odznaki bronzowej lub też w biegu 4 km, w terenie pagórkowatym osiągną czas 0:45:00.

Odznakę złotą mogą zdobyć tylko posiadaczki odznaki srebrnej (może być ona osiągnięta w młodszym wieku), jeżeli dwukrotnie powtórzą normy wymagane dla odznaki srebrnej.

IV. Biegi wojskowe ze strzelaniem

§ 18. Biegi wojskowe ze strzelaniem są dwojakie:

a) **bieg 12-kilometrowy dla narciarzy w wieku 18—21 lat,**

b) **bieg 25-kilometrowy dla narciarzy w wieku 22—50 lat.**

1) Startować w biegach mogą narciarze tak cywilni jak i wojskowi, stowarzyszeni lub nie.
2) Urządzać bieg mogą jedynie oddziały wojskowe lub organizacje P. W., które dostarczają broni, nabojów, urządzają strzelnice bojowe i delegują sędziów strzelania. Współpraca z organami P. Z. N. w myśl regulaminu odznaki w zakresie trasy, sędziowania i t. d. jest konieczna.
3) Wszystkie wymagania regulaminu odznaki dotyczące np. badań lekarskich, zapisów startowych, sędziowania i t. p. muszą być zachowane.
4) Ubiegający się o odznakę startują w stroju dowolnym, ponadto pas z ładownicami i 10-ma nabojami, karabin używany w piechocie armii polskiej, z przepisowym sposobem noszenia. Plecak z obciążeniem 5 klg
5) O dopuszczeniu ubiegającego się o odznakę na start, ze względu na kwalifikacje strzeleckie i umiejętność obchodzenia się z bronią, decydują władze wojskowe lub P. W.
6) Trasa biegu odpowiadać ma warunkom biegu dystansowego. Strzelnica znajdować się winna w drugiej połowie trasy. Obowiązuje ustawienie 2-ch stacyj odżywczych. Pomoc sanitarną w zależności od warunków, zabezpieczają organizatorzy.
7) Ubiegający się o odznakę startują po kontroli obciążenia i rynsztunku, w odstępach nie częstszych jak 2

minuty. Startujący otrzymują na piśmie dane dotyczące stanowiska strzeleckiego i numeru tarczy strzeleckiej, względnie sposobu strzelania.

8) Czas zużyty na strzelanie wlicza się do czasu ogólnego.

9) Na strzelnicy polowej lub stałej, startujący w pozycji leżącej bez podpór, pod kontrolą ładuje broń i strzela, poczem kontrola odprawia go pieczętując kartkę przywiązaną do karabinu.

10) Dystans na strzelnicy 100 mtr., cel: popiersie, ilość strzałów 10. Liczy się każdy strzał trafiony. O trafieniach decydują nieodwołalnie i ostatecznie sędziowie strzelania, którzy sporządzają protokół, będący dodatkiem do protokółu biegu. Niewypały uzupełnia się. Oddane strzały do obcej tarczy nie liczy się. Z więcej trafionych aniżeli oddanych strzałów skreśla się nadwyżkę.

11) Za każdy strzał trafiony całkowicie w tarczę liczy się startującemu: w wieku 18—21 oraz 22—31 lat — 2 minuty, w wieku 32—39 lat — 2 minuty i 30 sek., powyżej 40 lat — 3 minuty. Czasy te odlicza się z czasu biegu tworząc tak zwany czas ostateczny ważny dla normy.

12) W wypadku gdy liczba trafień równa się 0, liczy się startującym we wszystkich klasach wieku — 10 minut karnych, które dolicza się do czasu biegu, twdrząc t. zw. czas ostateczny ważny dla normy.

13) Startujący, który wogóle nie strzelał nie może być klasyfikowany.
(Szczegóły odnośnie strzelań reguluje instrukcja PUWF).

14) Normy czasowe dla biegu 25-kilometrowego (po uwzględnieniu strzelania) są następujące:

	22—31 lat	32—39 lat	40—50 lat
Odznaka bronzowa	3:50:00	4:02:30	4:10:50
Odznaka srebrna	3:07:30	3:22:30	3:32:30
Odznaka złota	2:35:00	3:07:30	3:22:30

Ponadto powtórzenia norm w/g zasad regulaminu odznaki.

15) Normy czasowe dla biegu 12-kilometrowego (po uwzględnieniu strzelania) są następujące:

odznaka bronzowa 1:45:00

odznaka srebrna 1:30:00

odznaka złota 1:20:00

Ponadto powtórzenia norm według zasad regulaminu odznaki.

16) Uzyskane czasy ostateczne ustalają na podstawie czasów biegu i protok. strzelania tylko sędziowie PZN., którzy sporządzają ostateczny protokół w/g wymagań regulaminu.

V. Postanowienia porządkowe

§ 19. Komisja Sportowa P. Z. N. wydaje corocznie **„Wskazówki do urządzania zawodów o odznakę"**, które:

a) interpretują niniejszy regulamin,

b) zawierają wymagania K. S. odnośnie do przeprowadzania i weryfikacji zawodów o odznakę.

§ 20. 1. Zarząd Główny Polskiego Związku Narciarskiego nadaje prawo urządzania konkursów o odznakę za sprawność niektórym Towarzystwom.

Prawo to może być cofnięte.

2. Każde zawody, mogące dać wyniki przewidziane dla konkursu o odznakę za sprawność, muszą mieć odnośną zapowiedź. Wszystkie zawody, urządzane przez Związek lub przez niego poruczone do zorganizowania któremukolwiek towarzystwu, (§§ 7 i 9 Regulaminu zawodów P. Z. N.) oraz mistrzostwa okręgowe mają **bez zapowiedzi** ważność dla ubiegania się o odznakę za sprawność i w tym celu winny dostosować się do niniejszego regulaminu i „Wskazówek".

3. Każdy mający zamiar wziąć udział w konkursie o odznakę winien przed startem zgłosić odnośne życzenie do kolegjum sędziów względnie do komitetu organizacyjnego. Jeżeli konkuruje tylko o odznakę za sprawność wychodzi ze startu po zawodnikach.

4. W specjalnie dla odznaki urządzanych konkursach dozwolona jest mniejsza trasa, wymagająca kilkakrotnego obiegu.

5. Każdy dopuszczony do startu w konkursie o odznakę za sprawność winien zapłacić wpisowe 1 zł. na sporządzenie kartoteki ewidencyjnej. W tym celu Towarzystwo organizujące konkurencję zaopatruje się w Komisii Sportowej w t. zw. „zapisy startowe", po cenie 1 zł. za sztukę. **Wyniki konkurencji bez zapisów startowych należycie wypełnionych i opłaconych, nie mogą być weryfikowane.**

6. Przy specjalnie dla odznaki urządzanych konkursach można pobierać dodatkowe wpisowe nie wyższe jak 1 zł. dla Towarzystwa organizującego.

7. Wręczenie numerowanej odznaki za sprawność wraz z legitymacją, względnie zaświadczeniem na legitymacji związkowej, dokonuje się z reguły przez Towarzystwo za zaliczeniem kosztów odznaki. O ile osoba zdobywająca odznakę nie należy do żadnego towarzystwa, wtedy odznakę przesyła Zarząd Główny P. Z. N. pocztą po zaliczeniu kosztów odznaki i przesyłki.

8. Cena odznaki bronzowej i srebrnej dla stowarzyszonych, oraz cena odznaki każdego stopnia dla młodzieży wynosi 2 zł. Cena odznaki złotej dla stowarzyszonych, oraz cena odznaki każdego stopnia dla niestowarzyszonych wynosi 3 zł. Wymiany odznak na stopnie wyższe dokonuje P.Z.N. za opłatą 1 zł., oraz za zwrotem kosztów przesyłki.

9. Przydziału odznak dokonuje P. Z. N. każdorazowo po zweryfikowaniu wyników i wciągnięciu ich do kartoteki.

10. W każdem środowisku narciarskiem Zarząd Główny P. Z. N. zleca członkom swoim baczenie, czy odznaka jest noszoną przez uprawnionych. Winnych przekroczenia ogłosi się w komunikatach P. Z. N. i ukarze.

11. **Odznak za sprawność P. Z. N. nie wolno wymieniać na żadne inne odznaki** ani też pozbywać, pod rygorem anulowania wyniku uprawniającego do noszenia odznaki.

12. Przy osiągnięciu wyższego stopnia dawna odznaka powinna być zwrócona.

13. W wypadku zgubienia odznaki wydaje Zarząd nową odznakę po otrzymaniu kosztów odznaki. Fakt zgubienia odznaki ogłasza się w komunikatach P. Z. N.

14. Stare lub zupełnie zniszczone odznaki mogą być wymienione przez Zarząd Główny P. Z. N. za zwrotem kosztów.

WSKAZÓWKI DO URZĄDZANIA ZAWODÓW O ODZNAKĘ ZA SPRAWNOŚĆ P. Z. N.

(Wydane na podstawie § 19. Regulaminu).

1. Organizatorzy zawodów o odznakę winni jak najskrupulatniej i jak najrzetelniej stosować się do Regulaminu. Nie można dopuścić, aby wysiłek masy startujących poszedł na marne, gdyż naruszenie regu'aminu grozi unieważnieniem wyników przy weryfikacji przez K. S. P. Z. N.

2. Inicjatywa organizatorów winna być jak najszersza, urządzać więc trzeba wszystkie rodzaje zawodów przewidziane w regulaminie zarówno dla narciarzy i narciarek starszych, jak i dla młodzieży. K. S. zaleca urządzanie raczej biegów dłuższych 16—18 klm, dla których norma czasu jest łagodniejsza niż dla biegów krótszych 12—15 klm. Szczególnie pożądane jest organizowanie biegów wojskowych ze strzelaniem.

3. O ile możności należy organizować zawody o odznakę w osobnych imprezach i nie łączyć ich ze zwykłemi zawodami. (Wyjątek stanowią zawody wspomniane w § 20. pkt. 2. Regulaminu odznaki).

4. Konkurencje o odznakę należy organizować jak najczęściej, aby w ciągu całego sezonu narciarze mieli sposobność do poddania swej sprawności kontroli.

5. Należy baczyć, aby narciarze startowali w biegach odpowiadających ich wiekowi. Dla uniknięcia pomyłek podaje się, że w sezonie 1935/36

mają lat:	mężczyźni urodzeni w r.
12 — 14	1921 — 1923
15 — 17	1918 — 1920
18 — 31	1904 — 1917
32 — 39	1896 — 1903
40 — 9	1886 — 1895
50 — 59	1876 — 1885
60 i powyżej	1875 i wcześniej

	kobiety urodzone w r.
12 — 13.	.1922 — 1923
14 — 16.	.1919 — 1921
17 — 29.	.1906 — 1918
30 — 39.	.1896 — 1905
40 i powyżej	.1895 i wcześniej

6. Przy organizowaniu imprez o odznakę za sprawność mają być wykonane następujące formalności:

A) Zawody mają być ogłoszone publicznie conajmniej na tydzień przed terminem, przyczem należy podać:

a) dokładną nazwę zawodów: „Zawody o Odznakę za Sprawność Polskiego Związku Narciarskiego".

b) Termin zamknięcia zgłoszeń i wpłacenia wpisowego.

c) Termin i miejsce badań lekarskich.

d) Termin i miejsce losowania numerów startowych.

e) Termin i miejsce zbiórki i rozdania numerów startowych.

f) Godzinę i miejsce startu.

B) Dla każdego zawodnika winien być przy jego zgłoszeniu się do zawodów, wypełniony dokładnie „zapis startowy", który podpisuje własnoręcznie zawodnik, otrzymując odcinek odłączony od zapisu startowego. Zapis startowy w cenie zł. 1.— za sztukę, winno się sprowadzić z Komisji Sportowej PZN. Wyniki zawodów bez zapisów startowych i bez wpłacenia wpisowego do K. S. P. Z. N. uwzględnione nie będą.

C) Wszyscy startujący muszą być poddani badaniu lekarskiemu, które najlepiej przeprowadzić w przeddzień zawodów. Orzeczenie lekarskie wraz z podpisem lekarza ma być umieszczone na zapisie startowym. Brak orzeczenia unieważnia wynik.

D) Konkurencję przeprowadzić według podanych poniżej wskazówek (ustęp 8).

E) Natychmiast po ukończeniu zawodów przystąpić do sporządzenia wymaganych protokołów i załączników i wysłać je najpóźniej w 8 dni po zawodach do Komisji Sportowej P. Z. N., celem weryfikacji.

W razie nienadejścia ich w ciągu dni 14 po zawodach, Komisja Sportowa P. Z. N. może nałożyć na opieszałe kluby kary:

a) odebranie prawa urządzenia zawodów o odznakę za sprawność,

b) karę pieniężną w wysokości do 200 zł.

Odnośnie organizacyj niezrzeszonych w PZN, którym KS udzieliła pozwolenia na urządzenie zawodów o odznakę za sprawność (jak np. Dowództwom pułków, Szkołom, Komendom PW i WF i t. d.), niewypełnienie powyższych wymogów lub uchybienia organizacyjne pociągną za sobą interwencję u władz przełożonych danej organizacji.

F) Po zweryfikowaniu wyników zawodów przez K. S. P. Z. N. mogą organizatorzy wykupić w P. Z. N. zdobyte odznaki i ogłosić publicznie termin i miejsce ich wręczenia zawodnikom. Komisja Sportowa poleca gorąco organizowanie wręczenia odznak w sposób uroczysty.

7) Protokół biegu musi być sporządzony na przepisanym formularzu, który należy dokładnie wypełnić dla każdego biegu osobno.

Niezbędnemi załącznikami protokołu są:

a) zapisy startowe wszystkich zgłoszonych do biegu, a więc także tych zawodników, którzy nie stanęli na starcie, biegu nie ukończyli lub nie osiągnęli norm czasu.

b) lista zawodników, którzy bieg ukończyli z podaniem wyników (według kolejności uzyskanych czasów), podpisana przez sędziów.

c) mapka trasy biegu w skali 1:25000 podpisana przez sędziów.

d) przy konkursach młodzieży także dokładny protokól skoków z podaniem not i długości.

8. Najważniejsze wskazówki dotyczące przygotowania trasy i przeprowadzenia konkurencji są następujące:

Trasę przemierzyć sznurem (obliczenie z mapy nie wystarcza), prowadząc ją urozmaiconym terenem, rozdzielając po $^1/_3$ na równinę, zjazd i podbieg.

W przeddzień biegu przetrzeć slad, aby stworzyć równe warunki dla pierwszego i ostatniego zawodnika.

Obydwie koleiny śladu na równym poziomie.

Ślad pojedynczej narty dosyć szeroki — nie może więc być robiony nartą wyścigową. Odstęp kolein od siebie również dość szeroki.

Przetrzeć ślad dla kijów.

Ślad zjazdowy winien być robiony w zjeździe, podejściowy w podejściu.

Ślad nie może biec wyjeżdżoną drogą, musi być robiony

obok i nie może dawać gorszych warunków zjazdu i podejścia j k na drodze.

Punkty kontrolne i posterunki mają być tak rozmieszczone aby wykluczoną była możność skrócenia drogi pomiedzy niemi.

Przeszkód terenowych należy unikać.

Ludność okoliczną pouczyć o poszanowaniu trasy i urządzeń.

Trasę wyznaczyć chorągiewkami (wysokość ($^1/_2$—1 m) odstawiając chorągiewkę 1 m od śladu. Chorągiewki ustawiać w zależności od przejrzystości terenu co 20—40 m, tak jednak, aby we mgle jedną można było od drugiej zobaczyć. W lesie znaczyć można szlak skrawkami kolorowego papieru na gałęziach.

Punkty kontrolne, odżywcze, sanitarne, odgałęzienia trasy i t. d. mają być obstawione i widocznie oznaczone. O ile możności należy oznaczyć kilometry

Bezpośrednio przed biegiem należy: przetrzeć ślad, uzupełnić chorągiewki i inne znaki, ustawić posterunki i t. d.

Po zakończeniu biegu przejść trasę, zebrać posterunki i znaki, ew. pomóc pozostałym na trasie zawodnikom.

Start co minutę lub rzadziej, gdyż walka na trasie nie jest istotnym celem konkurencji o odznakę. W wyjątkowym wypadku, przy bardzo dużej ilości startujących i bardzo złej pogodzie, start co 30 sek.

Na starcie i mecie: stół, papier, ołówki, stopery, okrycia dla zawodników. Obok namiot lub mieszkanie a w niem, herbata, pomoc sanitarna i t. d.

9. Najkonieczniejsi funkcjonarjusze są następujący:
   1. Dwóch sędziów okręgowych P. Z. N.
   2. Kierownik konkurencji.
   3. Kierownik trasy względnie kierownicy odcinków.
   4. Starter (dwóch).
   5. 2 mierzących czas.
   6. 2 celowniczych.
   7. Kontrolni.
   8. Sekretarz.
   9. Lekarz
   10. Porządkowi.

Funkcje mogą być kumulowane, w każdym jednak razie obecność dwóch sędziów okręgowych P. Z. N. jest wymagana.

NAGRODY ZESPOŁOWE

a) Nagroda wędrowna Pana Prezydenta Rzeczypospolitej

Celem poparcia wysiłku Towarzystw narciarskich około organizowania konkurencyj o narciarską odznakę za sprawność — ofiarował **Pan Prezydent Rzeczypospolitej, Prof. Ignacy Mościcki** — puhar dla zrzeszonego w P. Z. N. **towarzystwa**, którego członkowie zdobyli **największą ilość odznak**. Rozgrywka o ten puhar, która toczy się już **od dziewięciu lat**, trwać ma **ogółem dziesięć lat**, poczem puhar przejdzie na własność tego Towarzystwa, które za cały okres rozgrywki wykaże się największą ilością odznaczonych. Sezon 1935/36 jest ostatnim sezonem rozgrywki o cenne trofeum Pana Prezydenta. Polski Związek Narciarski poczynił starania o uzyskanie następnej nagrody dla ponownej rozgrywki.

b) Coroczna plakieta honorowa P. Z. N.

Klub, który w okresie danego **jednego sezonu** narciarskiego zdobywa **największą ilość punktów** w rozgrywce o puhar Pana Prezydenta Rzeczypospolitej otrzymuje **nagrodę jednorazową** w postaci plakiety metalowej na tarczy — **na własność.**

PUNKTACJA NAGRODY PANA PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ

W rozgrywce o nagrodę Pana Prezydenta **prowadziły** w poszczegolnych sezonach, a tem samem zdobyły **plakiety honorowe** Polskiego Związku Narciarskiego **następujące Towarzystwa:**

W sezonie 1926/27 — Oddział Narciarski Sokoła w Zakopanem. W sezonie 1927/28 — Sekcja Narciarska Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego w Zakopanem. W sezonie 1928/29 — Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego 3 p. s. p., w Bielsku. W sezonie 1929/30 — Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego 3 p. s. p., w Bielsku. W sezonie 1930/31 — Sekcja Narciarska Wojskowego Klubu Sportowego 3 p. s. p., w Bielsku. W sezonie 1931/32 — Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p., w Sanoku. W sezonie 1932/33 — Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p., w Sanoku. W sezonie 1933/34 — Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p. w Sanoku. W sezonie 1934/35 — Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p. w Sanoku.

Szczegółowa punktacja za sezon 1934/35.

Zdobywca nagrody: Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p. Sanok (397 punktów), 2) SN Szkoły Podchorążych Piechoty — Ostrów Mazowiecki (315 punktów), 3) Wintersportverein — Katowice (65 pkt.), 4) ŻTTN Makkabi — Bielsko (43 pkt.), 5) Przemyskie Towarzystwo Narciarzy — Przemyśl (36 pkt.), 6) Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy — Kraków (28 pkt.), 7) SN ŻKS Makkabi — Kraków (12 pkt.), 8) Towarzystwo Wioślarsko-Narciarskie — Kraków, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Biała (po 10 pkt.), 10) Harcerski Klub Narciarski — Warszawa, SN WKS Prosna — Kalisz (po 9 pkt.), 12) SN WKS 3 p. s. p. — Bielsko, Śląski Klub Narciarski — Katowice (po 8 pkt.), 14) SN AZS — Warszawa, SN Warszawskiego Klubu Wioślarek — Warszawa (po 7 pkt.), 16) SN AZS — Kraków, Warszawski Klub Narciarzy — Warszawa, KN Oddz. Babiogórskiego Pol. Tow. Tatrz. — Żywiec, SN WKS — Kielce, Klub Narciarski — Chełmża (po 6 pkt.), 21) SN Kol. P. W. — Kraków, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Warszawa (po 5 pkt.), 23) SN KS Watra — Cieszyn, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Poznań, SN ŻKS Makkabi — Nowy Targ, Bydgoski Klub Narciarzy — Bydgoszcz (po 4 pkt.), 27) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Zakopane, SN KS Rodziny Wojsk. — Warszawa, Skimka — Kraków, SN Kol. P. W. Ognisko — Lwów, SN ŻKS Makkabi — Andrychów,

SN WKS — Cieszyn, SN KS Cracovia — Kraków (po 3 pkt.), 34) SN TS Wisła — Zakopane, SN ŻKS Makkabi — Warszawa, SN Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego — Warszawa, ON Tow. Przyj. Zwardonia Rachowiec — Zwardoń, SN KS Stadjon — Chorzów, SN TG Sokół — Kraków, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Iwonicz, SN Akad. Oddz. Związku Strzeleckiego — Lwów, SN KS Pogoń — Stryj (po 2 pkt.), 43) Towarzystwo Narciarskie — Mościce, SN ŻKS Makkabi — Żywiec, SN AZS — Gdańsk, SN TG Sokół — Brzeszcze, SN Żyd. Towarzystwa Krajoznawczego — Warszawa, SN KS Zjednoczenie — Warszawa, SN Warszawskiego Towarzystwa Wioślarskiego — Warszawa, SN Ogniska Związku Podhalan — Rabka, SN Sokół — Jasło, Okocimski Klub Narciarski — Okocim, SN Policyjnego KS Horyń — Krzemieniec, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Skoczów, Harcerski Klub Narciarski — Katowice, SN KS Wisła — Szczawnica, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Lwów, SN ŻKS Hagibor — Zakopane, Klub Narciarski Bukowina — Bukowina Tatrzańska, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Sosnowiec, SN Oddz. Sport. Tow. Urzędników Miejskich — Kraków, SN Wołyńskiego Towarzystwa Krajoznawczego — Łuck (po 1 pkt.). Ponadto Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa, nie uczestniczące w konkursie (9 pkt.).

Uwaga: Punktacja za sezon 1934/35 nie jest jeszcze ostateczna, ponieważ w roku 1935 przedłużono termin wykupywania odznak ważnych w konkurencji — do 31 grudnia 1935 r.

Po dziewięciu latach rozgrywki.

(Ogólna punktacja za lata 1926—1935)

Prowadzi Towarzystwo Narciarskie 2 p. s. p. — Sanok (2247 punktów), 2) SN WKS 3 p. s. p. — Bielsko (658 pkt.), 3) Śląski Klub Narciarski — Katowice (551 pkt.), 4) ŻTTN Makkabi — Bielsko (319 pkt.), 5) SN Szkoły Podchorążych Piechoty — Ostrów Mazowiecki (315 pkt.), 6) Wintersportverein — Katowice (259 pkt.), 7) Przemyskie Towarzystwo Narciarzy — Przemyśl (237 pkt.), 8) Wintersportklub — Bielsko (156 pkt.), 9) Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy — Kraków (117) pkt.), 10) SN ŻKS Makkabi —

Kraków (96 pkt.), 11) SN AZS — Warszawa (73 pkt.), 12) Karpackie Towarzystwo Narciarzy — Lwów (57 pkt.), 13) SN AZS — Kraków (50 pkt.), 14) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Zakopane (45 pkt.), 15) SN KS Rodziny Wojsk. — Warszawa (45 pkt.), 16) Warszawski Klub Narciarzy — Warszawa (43 pkt.), 17) Skimka — Kraków (39 pkt.), 18) SN Beskid — Andrychów (31 pkt.), 19) Harcerski Klub Narciarski — Warszawa (31 pkt.), 20) SN Kol. P. W. — Kraków (29 pkt.), 21) SN ILKS Czarni — Lwów (28 pkt.), 22) Towarzystwo Wioślarsko Narciarskie — Kraków (26 pkt.), 23) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Biała (26 pkt.), 24) Alpenverein — Katowice (25 pkt.), 25) SN Warszawskiego Klubu Wioślarek — Warszawa (23 pkt.), 26) Towarzystwo Narciarskie — Mościce (22 pkt.), 27) ON TG Sokół — Zakopane (20 pkt.), 28) KN Oddz. Babiogórskiego Pol. Tow. Tatrz. — Żywiec (19 pkt.), 29) SN ŻKS Makkabi — Andrychów (19 pkt.), 30) SN KS Watra — Cieszyn (18 pkt.), 31) Rybnicki Klub Narciarski (18 pkt.), 32) SN AZS — Wilno (17 punkt.), 33) SN OKS 27 p. a. l. — Włodzimierz (17 pkt.), 34) SN AZS — Cieszyn (16 pkt.), 35) SN ŻKS Makkabi — Warszawa (12 pkt.), 36) SN Kol. P. W. Ognisko — Lwów (11 pkt.), 37) SN Pogoń — Wilno SN ŻKS Makkabi — Zakopane, SN Polic. KS Horyń — Krzemieniec (po 10 pkt.), 40) SN TS Wisła — Kraków, SN Tow. Tur. Przyj. Przyrody — Bielsko, SN Sokół im. Grażyny — Warszawa, SN WKS Prosna — Kalisz (po 9 pkt.), 44) SN Sokół — Chrzanów, Jastrzębski Klub Narciarski — Jastrzębie, SN ŻKS Makkabi — Nowy Targ, Bydgoski Klub Narciarzy — Bydgoszcz, SN TS Wisła — Zakopane, SN ŻKS Makkabi — Żywiec (po 8 pkt.), 50) SN 1 p. p. Leg. — Wilno, Krakowski Klub Tenisowy — Kraków (po 7 pkt.), 52) SN WKS — Kielce, Klub Narciarski — Chełmża, SN Klubu Tenisowego 1924 — Lwów, Krynicki Klub Narciarski — Krynica, SN ŻTG Dror — Lwów, SN KS Cresovia — Grodno, SN Kol. P. W. — Zakopane, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Poznań (po 6 pkt.), 60) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Warszawa, SN Droh.-Borysł. Oddz. Pol. Tow. Tatrz. — Drohobycz, SN Sokół — Łodygowice, SN KS Cracovia — Kraków, ON Tow. Przyj. Zwardonia Rachowiec — Zwardoń (po 5 pkt.), 65) SN AZS — Gdańsk, SN WKS — Cieszyn, SN Pogoń — Lwów, SN Polic. Klubu Sportowego — Wilno, SN ŻAK Miłośn. Krajoznawstwa — Kraków, Klub Narciarski — Kęty, SN Polskiego Towarzystwa Krajoznaw-

czego — Warszawa (po 4 pkt.), 72) SN AZS — Lwów, SN Związku Strzeleckiego — Krynica, SN Kol. P. W. — Poznań, SN Krzemienieckiego Klubu Sport. — Krzemieniec, SN Warsz. Tow. Wioślarskiego — Warszawa (po 3 pkt.), 77) SN KS Stadjon — Chorzów, SN TG Sokół — Kraków, SN PTT — Iwonicz, SN Akad. Oddz. Zw. Strzel. — Lwów, SN KS Pogoń — Stryj, SN 21 Baonu KOP — Niemenczyn, SN ŻKS Hagibor — Nowy Targ, SN ŻKS Hasmonea — Lwów, SN ŻKS Makkabi — Wadowice, SN Kol. P. W. — Warszawa, SN KS Zjednoczenie — Warszawa, Okocimski Klub Narciarski — Okocim, SN ŻKS Hagibor — Zakopane, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Lwów (po 2 pkt.), 91) SN Zw. Strzel. — Zakopane, SN TG Sokół — Żywiec, SN PTT Beskid — Nowy Sącz, SN Koszarawa — Żywiec, SN AZS— Poznań, SN Lechja — Lwów, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Tarnów, Towarzystwo Narciarskie 6 p. s. p. — Sambor, SN ŻKS Hasmonea — Krzemieniec, Sekcja Zimowa Klubu Campingowego — Warszawa, SN Związku Strzeleckiego — Tarnopol, SN Żyd. Koła Miłośn. Krajoznawstwa — Lwów, SN TG Sokół — Krosno, SN Związku Strzeleckiego — Sambor, SN TG Sokół — Tarnów, SN KS Biali — Borysław, Klub Narciarski — Milówka, SN TG Sokół — Brzeszcze, SN Żyd. Tow. Kraj. — Warszawa, SN Ogniska Związku Podhalan — Rabka, SN Sokół — Jasło, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Skoczów, Harcerski Klub Narciarski — Katowice, SN KS Wisła — Szczawnica, Klub Narciarski Bukowina — Bukowina Tatrzańska, SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Sosnowiec, SN Oddz. Sport. Tow. Urzędników Miejskich— Kraków, SN Wołyńskiego Tow. Krajoznawczego — Łuck (po 1 pkt.). Ponadto Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa nie biorące udziału w konkurencji (117 punktów).

Razem bierze udział w rozgrywce o Nagrodę Pana Prezydenta Rzeczypospolitej dotychczas 118 Towarzystw związkowych.

SPIS NARCIARZY
ODZNACZONYCH ZŁOTĄ ODZNAKĄ ZA SPRAWNOŚĆ W SEZONIE 1934/5.

Adamczak Edward, TTN, Kraków — **mjr. Babecki Bolesław**, niestowarzyszony — **mjr. Bernacki Wiktor**, niestow. — **mgr. Biernakiewicz Tadeusz**, TKN, Kraków — **Broenówna Janina**, TKN, Kraków — **Bury Stanisław**, ON Rachowiec, Zwardoń — **Bury Stanisław**, ON Rachowiec, Zwardoń — **Cholewa Karol**, ŚKN, Katowice — **Chowaniec Alojzy**, ŚKN, Katowice — **Chrapkiewicz Stanisław**, niestow. — **Chrzanowski Jerzy Witold**, 3 psp, Bielsko — **Cichy Paweł**, ŚKN, Katowice — **Cieślewska-Krzetuska Marja**, TTN, Kraków — **Cyankiewicz Józef**, TTN, Kraków — **dr. Czerwińska Helena**, TTN, Kraków — **Dubrawska Aniela**, Skimka, Kraków — **Dusik Józef**, SN KPW, Kraków — **Dziewulska Marja**, niestow. — **Figwer Franciszek**, ŚKN, Katowice — **Flaster Leon**, SN Makkabi, Bielsko — **Górniak Józef Paweł**, SN Watra, Cieszyn — **Graniczny Józef**, ŚKN, Katowice — **Hajek Karol**, ŚKN, Katowice — **Hajkowski Józef**, niestow. — **Iwaszkiewicz Halina**, Harc. Kl. Narc., Warszawa — **plut. Jaśkiewicz Konstanty**, niestow. — **por. Kacperek Szymon**, niestow. — **Kaliński Jan**, TN 6 psp, Sambor — **Kamiński Juljan**, ŚKN, Katowice — **por. Kasprzyk Alfred**, PTN, Przemyśl — **por. Kasprzyk Artur**, SN Wisła, Zakopane — **Klar Mieczysław**, SN PTT, Iwonicz — **kpt. Knauer Aleksander**, niestow. — **Kohutek Ludwik**, Harc. Kl. Narc., Katowice — **por. Kruszyn Franciszek**, niestow. — **Krzak Jerzy**, ŚKN, Katowice — **Krzyżanowska Irena**, niestow. — **Kubeczka Karol**, ŚKN, Katowice — **Kupniewski Edmund**, SN Pogoń, Stryj — **Kurkówna Krystyna**, SN 2 psp, Sanok — **Lauda Herbert**, Rybn. Kl. Narc., Rybnik — **płk. dypl. Lawicz Wilhelm**, PTN, Przemyśl — **por. Lewiński Jerzy**, niestow. — **Lijowska Marja**, niestow. — **Litwin Henryk**, Skimka, Kraków — **kpt. Łucki Jerzy**, SN PTT, Stanisławów — **Markiewicz Antoni**, niestow. — **Michalski Antoni**, ŚKN, Katowice — **Missiurowa Ludomira**, niestow. — **Münnich Tadeusz**, SN KPW, Kraków — **Mysłowska Helena**, SN Rodz. Wojsk., Warszawa — **Ogrodzki Alojzy**, ŚKN, Katowice — **Parafińska Halina**, TTN, Kraków — **mjr.**

Paszkiewicz Wilhelm, niestow. — **por. Peschel Oswald**, niestow. — **Pieprzak Tadeusz**, SN AZS, Kraków — **kapr. Podwapiński Władysław**, SN 2 psp, Sanok — **Ptasiński Franciszek**, niestow. — **Remerowa Anna**, PTN, Przemyśl — **Robinsohn Erwin**, SN Makkabi, Bielsko — **Schlesingerówna Kazimiera**, niestow. — **Schreckinger Paula**, ŻTTN Makkabi, Bielsko — **Sękowski Karol**, niestow. — **Sługa Jan**, ŚKN, Katowice — **Spiess Tadeusz** TWN, Kraków — **mjr. Stempkowski Michał**, niestow.— **Stokowska Wiktorja**, niestow. — **por. Strömich Stanisław**, niestow. — **Sykutowski Franciszek**, niestow. — **Szkólnik Mieczysław**, SN PTT, Warszawa — **Szlachtowski Antoni**, SN Zw. Strzel., Zakopane — **Szpek Jan**, ŚKN, Katowice — **Szusterowa Renata**, SN Warsz. Kl. Wiośl., Warszawa — **Trzebicka Zofja**, TKN, Kraków — **Turnau Adam**, Skimka, Kraków — **Twardo Stanisław**, SN PTT, Warszawa — **Tyc Edward**, KN, Milówka — **por. Więckowski Stanisław**, niestow. — **Woyna Stanisław**, SN AZS, Gdańsk — **mjr. dypl. Zyborski Tadeusz**, niestow. — **ppor. Zych Edward**, SN 2 psp, Sanok.

Ilość odznak przyznanych w poszczególnych sezonach i kategorjach

w sezonie	ogółem odznak	stopnie: złotych	stopnie: srebrnych	stopnie: bronzowych	stowarzyszeni	niestowarz.	kat. I. senior.: mężczyźni	kat. I. senior.: kobiety	kat. II junior.: chłopcy	kat. II junior.: dziewczęta
1926/27	120	—	—	120	101	19	110	10	—	—
1927/28	115	—	49	66	98	17	110	3	2	—
1928/29	645	3	24	618	338	307	398	60	179	8
1929/30	929	3	85	841	525	404	626	97	204	2
1930/31	1535	15	219	1301	712	823	1013	199	312	11
1931/32	3808	69	332	3407	1809	1999	2893	450	418	47
1932/33	4492	49	450	3993	1828	2664	3459	455	501	77
1933/34	3357	81	429	2847	1274	2083	2420	553	328	56
1934/35	4824	81	419	4324	1544	3280	3791	460	481	92
Razem za 9 lat	19825	301	2007	17517	8229	11596	14820	2287	2425	293

RODZAJE I NAZWY ZAWODÓW NARCIARSKICH

Polski Związek Narciarski uznaje oficjalnie następujące rodzaje zawodów:

1) urządzane **na podstawie Regulaminu F. I. S.** (Międzynarodowej Federacji Narciarskiej);

2) urządzane na **podstawie Regulaminu P. Z. N.**

Do pierwszych należą: zawody, wymienione w § 1 i 2 **Regul. FIS.**

Do **drugich należą** (Regulamin P. Z. N.):

1. a) **„wewnętrzne“**, dostępne dla członków jednego Towarzystwa związkowego;
   b) **„międzyklubowe“**,dostępne dla wszystkich członków P. Z. N.;
   c) **„okręgowe“**, dostępne tylko dla członków jednego Okręgu;
   d) **„międzyokręgowe“**, dostępne dla drużyn dwóch lub więcej Okręgów;
   e) **„grupowe“**, dostępne dla pewnych grup klubów, albo zawodników, reprezentujących określone zawody, np. wojskowe, robotnicze, akademickie.

Ze względu na **charakter** rozróżniamy zawody:

2. a) **„Międzynarodowe Mistrzostwa Polski“** (Regulamin FIS). Program obejmuje: bieg złożony 18 km i skok, bieg 18 km, skok otwarty, bieg złożony zjazdowy, bieg zjazdowy, slalom (ostatnie trzy konkurencje także dla pań);
   b) **„Mistrzostwo Polski“** (Regulamin PZN). Program obejmuje: bieg rozstawny 4 × 10 km i bieg dystansowy 50 km. (Konkurencje te mogą być także rozgrywane przy udziale zawodników zagranicznych);
   c) **„Mistrzostwa Okręgowe“** (Regulamin PZN). Program obejmuje: bieg złożony norweski i bieg złożony zjazdowy. (Ponadto w programie Mistrzostw Okręgowych można umieścić bieg rozstawny 4 × 10 km i bieg dystansowy 30—50 km);
   d) **„Mistrzostwa Młodzików“** (Regulamin PZN). Program obejmuje: bieg rozstawny 3 × 5 km i bieg złożony 12 km i skok.

Żadnych innych zawodów o charakterze i tytułach mistrzowskich urządzać nie wolno.

Terminy zawodów pod 2 a) i b) ustala wyłącznie Komisja Sportowa PZN. Terminy innych zawodów ustalają Okręgi względnie członkowie PZN, za zgłoszeniem i zezwoleniem K. S.

Zawody 2 a) i b) urządza PZN względnie organizacja, która otrzyma w tym kierunku zlecenie.

Zawody pod 2 c) i d) urządza Okręg względnie organizacja, przynależna do Okręgu, która otrzyma w tym kierunku zlecenie od Okręgu. Inne zawody pod 1 a), b), c) urządzają członkowie PZN (Towarzystwa związkowe).

Programy zawodów wszelkiego rodzaju nie mogą zawierać **żadnych konkurencyj, nieprzewidzianych regulaminami F. I. S. lub P. Z. N.** Na urządzenie konkurencji specjalnej trzeba zezwolenia Komisji Sportowej PZN.

OBOWIĄZUJĄCE ZASADY ZGŁASZANIA ZAWODNIKÓW

Zawodnik, zamierzający startować w jakichkolwiek zawodach, organizowanych przez PZN lub jego członków, **musi być zgłoszony na przepisanej „karcie zgłoszeń".** Karta taka składa się **z pięciu odcinków,** z których nr. I. przeznaczony jest dla Komisji Sportowej PZN; nr. II. zawiera potwierdzenie zgłoszenia dla klubu; nr. III. służy do udzielenia przez klub zwolnienia lub wykreślenia; nr. IV. jest **legitymacją zawodnika, uprawniającą go do startu,** a którą na każde żądanie kierownictwa zawodów winien okazać; (w razie niemożności wykazania się legitymacją zawodniczą, zawodnik w żadnym wypadku nie może brać udziału w zawodach); nr. V. przeznaczony jest dla właściwego Okręgu Narciarskiego.

Karta zgłoszenia winna być wypełniona czytelnie atramentem, o ile możności na maszynie, przyczem zawodnik musi zaopatrzyć odcinek nr. I. IV. i V. **własnoręcznym podpisem.** Klub po zaopatrzeniu karty zgłoszenia podpisem funkcjonarjusza i pieczęcią, skierowuje tę kartę do K. S. PZN, która po stwierdzeniu prawidłowości zgłoszenia, rejestruje je (**potwierdza**), przesyłając odcinek nr. II., III. i IV. do klubu, zaś odcinek nr. V. do właściwego Okręgu.

Prawo startu uzyskuje zawodnik dopiero z chwilą otrzymania potwierdzenia zgłoszenia, tak że następnie wolno mu startować **w barwach tylko tego klubu, dla którego został potwierdzony** i to jedynie w zawodach organizowanych przez PZN lub jego członków.

Zmiana barw klubowych odbywa się na następujących zasadach: W razie przeniesienia się zawodnika do innego klubu wolno mu podpisać kartę zgłoszenia do tego klubu, **o ile otrzyma od klubu, dla którego ostatnio był zgłoszony: albo „zwolnienie" albo „wykreślenie".** W razie otrzymania „zwolnienia" — podpisanie karty zgłoszenia do nowego klubu może nastąpić **bezzwłocznie.** Natomiast w razie otrzymania **„wykreślenia"** nabywa zawodnik prawo startu dopiero **po upływie jednego roku,** od chwili otrzymania wykreślenia.

Klub zobowiązany jest udzielić zawodnikowi **„wykreślenia" na każde jego żądanie,** a prośba o »zwolnienie«, względnie »wykreślenie« musi być rozpatrzona przez klub najdalej w przeciągu 7 dni. Zwolnienie względnie wykreślenie zawodnika może nastąpić **tylko na odcinku nr. III. „karty zgłoszenia",** a przy żądaniu zwolnienia, względnie wykreślenia — **legitymacja zawodnicza** (odcinek nr. **IV.) winna być przez zawodnika zwrócona** i przesłana wraz ze zwolnieniem, czy też wykreśleniem do K. S. PZN.

O ile klub odmówiłby zawodnikowi zwolnienia lub wykreślenia — przysługuje zawodnikowi **prawo odwołania się do K. S., która może udzielić pozwolenia na podpisanie zgłoszenia do innego klubu,** bez obowiązku przedłożenia »zwolnienia«, względnie »wykreślenia« z dotychczasowego klubu macierzystego.

Wszystkie powyższe przepisy **nie odnoszą się** do uczestników w zawodach o **„odznakę za sprawność P. Z. N.",** w których mogą brać udział zarówno stowarzyszeni jak i niestowarzyszeni narciarze

„Ślad" narciarski służy ogółowi!

Dbajcie

o kulturę marszu na nartach!

ZESTAWIENIE

zgłoszonych i prowadzonych w ewidencji związkowej zawodniczek i zawodników w poszczególnych Okręgach Narciarskich według stanu z końca sezonu 1934/35

Okręg	Zawodniczki	Zawodnicy	Razem
I. Warszawski . . .	4	13	17
II. Wileński . . .	14	55	69
III. Lwowski	6	144	150
IV. Podhalański . . .	35	452	487
V. Krakowsko-Śląski	30	302	332
VI. Krynicki	—	26	26
VII. Grodzieński . .	—	—	—
VIII. Przemyski . .	6	84	90
IX. Pomorski . . .	—	5	5
X. Wołyński . . .	3	74	77
Razem . . .	98	1155	1253

SKOCZNIE NARCIARSKIE

UZNANE PRZEZ POLSKI ZWIĄZEK NARCIARSKI

a) POSTANOWIENIA PORZĄDKOWE

Komisja Sportowa Polskiego Związku Narciarskiego ustala następujący **podział skoczni** narciarskich:

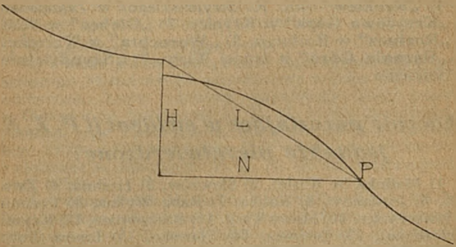
1. **skocznie ćwiczebne:**
   a) „małe" . . . . od 15—25 m
   b) „średnie" . . . od 25—35 m (40 m)

2. **skocznie konkursowe:**

a) „mniejsze" . . od 30—40 m
b) „średnie" . . od 40—50 m
c) „wielkie" . . . od 50—60 m
d) „rekordowe". . ponad 60 m.

Skocznie ćwiczebne małe od 15 do 25 m (t. zw. skocznie dla każdego narciarza), mogą być różnorodnie profilowane, patrz Kalendarz P. Z. N. 1933/34, str .94—98: „O zakładaniu małej skoczni narciarskiej".

Skocznie ćwiczebne średnie, o wymiarach od 25—35 (40) m, winny być projektowane po dokładnem zdjęciu terenu i nakreślone w skali 1:200. Charakterystyką skoczni ćwiczebnych średnich, w porównaniu ze skoczniami mniejszemi konkursowemi, jest znaczniejsza stromość na rozbiegu (30^0—35^0) oraz płytki zeskok H/L = 0.45—0.49 lub H/N = 0.49—0.58. Klasyczną skocznią tego rodzaju jest skocznia w Holmenkollen w Norwegji, posiadająca H/N = 0.54. Stosunkowo wielka szybkość na rozbiegu oraz wielkie ciśnienie na zeskoku, jakie uzyskuje się na tym profilu, posiada wielkie znaczenie dla ćwiczących skoki o znaczniejszej rozpiętości.



Skocznie konkursowe wszystkich wielkości winny posiadać profil znormalizowany — w myśl regulaminu zawodów F. I. S.

b) REJESTRACJA I ZATWIERDZENIE SKOCZNI PRZEZ P. Z. N.

Skocznie ćwiczebne małe od 15 do 25 m są **wolne** od obowiązku rejestrowania (zgłoszenia w P. Z. N.).

Skocznie ćwiczebne średnie (od 25 do 40 m) winny być **zgłaszane** za pośrednictwem właściwego Okręgu do Komisji Sportowej P. Z. N. dla zarejestrowania.

Skocznie konkursowe od 30 m wzwyż muszą uzyskać zatwierdzenie P. Z. N. Zatwierdzenia udziela **Komisja Sportowa** P. Z. N., na podstawie zdjęcia profilu (po wykonaniu skoczni) wykreślonego w skali 1:200 w rzucie pionowym i poziomym. Plany winny być przedłożone w 2 egzemplarzach.

Towarzystwa związkowe, zamierzające budować skocznie konkursowe, winny **przedkładać projekty** za pośrednictwem właściwych Okręgów, celem uzyskania opinji doradcy K. S. P. Z. N. w sprawach skoczni narciarskich.

c) WYKAZ SKOCZNI, ZATWIERDZONYCH PRZEZ P. Z. N. I ZGŁOSZONYCH DO F. I. S.

1) **„Krokiew"** (im. K. Stryjeńskiego) w Zakopanem, 2) **„Krzyżowa Góra"** w Krynicy, 3) **„Głębce"** w Wiśle, 4) **„Rozłucz"** w Rozłuczu, 5) **„Worochta"** w Worochcie, 6) **„Barania Góra"** u źródeł Wisły, 7) **„Szyndzielnia"** w Beskidzie.

Skocznie pozostające w ewidencji P. Z. N., jednakże niezatwierdzone:

1) Malinka (w Wiśle), 2) Skoczów, 3) Istebna, 4) Zwardoń, 5) Jordanów, 6) Rabka, 7) Raba Wyżna, 8) Poronin, 9) Jaworzynka, 10) Nowy Targ, 11) Szczawnica, 12) Krynica (ćwiczebna), 13) Iwonicz, 14) Sławsko, 15) Lwów (Pohulanka), 16) Lwów (Brzuchowice), 17) Łuck, 18) Kielce, 19) Krzemieniec, 20) Wilno. (Skocznie powyższe mogą być oficjalnie zatwierdzone po przedłożeniu szczegółowych zdjęć i planów, na podstawie których następuje orzekanie względnie odmowa zatwierdzenia skoczni).

NAGRODY WĘDROWNE rozgrywane w P. Z. N.

a) **Wzawodach:**

1) **Puhar Marszałka Józefa Piłsudskiego** dla Mistrza Polskiego Związku Narciarskiego w kombinacji klasycznej, ufundowany przez Marszałka w roku 1927. Dotychczasowi zdobywcy: Bronisław Czech (r. 1927, 1928, 1929, 1934), Szostak Karol (1930), Żytkowicz Władysław (1931), Marusarz Stanisław (1932 i 1935) Łuszczek Izydor (1933). Puhar jest wieczyście wędrowny, pozostaje stale w Związku; każdorazowy zwycięzca otrzymuje kopję puharu.

2) **Puhar Warszawskiego Klubu Narciarskiego** dla Mistrza Polski w kombinacji klasycznej. Przechodzi na własność zwycięzcy po trzechkrotnem, kolejnem (bez przerw) zdobyciu tytułu Mistrza Polski.

3) **Puhar imienia Stanisława Faechera** dla mistrzowskiej drużyny Polskiego Związku Narciarskiego w biegu rozstawnym 4 × 10 km, ufundowany przez Zarząd Główny Polskiego Związku Narciarskiego. Puhar przechodzi na własność zwycięzcy po trzechkrotnem zdobyciu tytułu mistrza P. Z. N. w biegu rozstawnym 4 × 10 km.

4) **Puhar Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego** dla Mistrza Polskiego Związku Narciarskiego w biegu zjazdowym. Przechodzi na własność zwycięzcy po trzykrotnem zwycięstwie.

b) **W ogólnej konkurencji:**

1) **Puhar Pana Prezydenta Rzeczypospolitej prof. Ignacego Mościckiego,** ufundowany w roku 1926 dla Towarzystwa, które zdobywa największą ilość punktów w Odznace za Sprawność P. Z. N. Puhar przechodzi na własność tego Towarzystwa, które zdobędzie w dziesięcioleciu 1926—1936 największą ilość punktów w konkurencji o Odznakę za Sprawność P. Z. N. (Rozgrywka rozpoczęta w r. 1926).

2) **Puhar Pana Ministra Komunikacji inż. Michała Butkiewicza,** ufundowany w roku 1932 dla Towarzystwa, które w okresie 10 lat zdobędzie największą ilość punktów w konkurencji o Odznakę Górską P. Z. N. (Rozgrywka rozpoczęta w r. 1933).

3) **Nagroda b. Ministerstwa Robót Publicznych,** ufundowana w roku 1925 za najpiękniejszą wycieczkę narciarską (rozgrywka zawieszona).



IV. TURYSTYKA

SPIS SCHRONISK, STACYJ NARCIARSKO-TURYSTYCZNYCH, ORAZ SCHRONÓW NA OBSZARZE KARPAT POLSKICH

Wykaz poniższy ułożony jest regjonalnie z zachodu ku wschodowi — od Olzy po Czeremosz, z podziałem na grupy górskie według praktyki turystycznej. Podział ten różni się nieco od podziału ściśle geograficznego.

W wykazie użyto następujących skrótów:

(945). = wzniesienie nad poziom morza.
Skż. = stacja kolei żelaznej
p. = ostatnia poczta
ł. = łóżko
s. = siennik
tel. = telefon
adr. = adres.

BESKID ŚLĄSKI

Stożek (975).
Schronisko PTT Cieszyn, tel. Wisła 8. Skż. Wisła, p. Wisła. Nocl. 58 ł. i 60 s.

Równica (883).
Schronisko PTT Katowice, tel. Ustroń 29. Skż. Ustroń lub Polana, p. Ustroń; droga jezdna na miejsce. Nocl. 62 ł. i 58 s.

Barania Góra (925).
Schronisko PTT Katowice. Skż. Milówka lub Wisła, p. Wisła; droga jezdna na miejsce. Nocl. 26 ł. i 44 s.

Wisła (430).
St. narc. tur. TKN, u Czesława Wiśniewskiego, adr.: pens. »Piast«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 10 ł.

Wisła-Koziniec (730).
St. narc. tur. TKN, u Jana Halamy, adr.: pensj. »Halamówka«, tel. Wisła 2. Skż. i p. Wisła. Nocl. 23 ł.

Wisła-Czarne (510).
St. narc. tur. TKN, u J. Samieca, dzierż. J. Olszar, adr. rest. »Fajtula« — Wisła. Skż. i p. Wisła. Nocl. 15 ł.

Istebna (700).
St. narc. tur. TKN, u Jerzego Stańki, adr. Gospoda »Rogowiec«. Tel. Istebna 3. Skż. Wisła-Głębce lub Milówka, p. Istebna; droga jezdna na miejsce. Nocl. 12 ł.

Istebna (700).
St. narc.-tur. TKN, u p. Martynczuka, na Zadziu Nr. 482. Skż. Wisła lub Głębce lub Milówka, p. Istebna; droga jezdna na miejsce. Nocl. 12 ł.

Koniaków (757).
St. narc. tur. TKN, u P. Legierskiego. Skż. Wisła lub Milówka, p. Koniaków; droga jezdna na miejsce. Nocl. 25 ł.

Błatnia (880).
Schronisko Tow. Przyj. Przyrody, Bielsko. Skż. Jaworze-Jasienica, p. Jaworze. Nocl. 20 ł. i 16 s.

Bielsko (340).
St. narc. tur. TKN, wł. »Hotel Polski«, adr. Bielsko ul. Piastowska 1, tel. Bielsko 1562. Skż. i p. w miejscu. Noclegi ulgowe.

Szyndzielna pod Klimczokiem (1001).
Schronisko Beskidenverein Bielsko, tel. Bielsko 2010. Nocl. 60 ł.

Magura (1070).
Schronisko Beskidenverein Bielsko — „Klementynówka“, Tel. 2449. Skż. Wilkowice—Bystra, p. Bystra. Nocl. 40 ł.

Salmopol (720).
Schronisko Beskidenverein Bielsko. Skż. Wilkowice—Bystra, p. Szczyrk. Nocl. 10 ł. i 12 s.

Biały Krzyż (Salmopol).
St. turyst. PTT Biała. Skż. Wilkowice—Bystra, p. Bystra. Nocl. 20 s.

Skrzyczne (1180).*
Schronisko Wintersportklub Bielsko, ul. Wzgórze 14. (W zimie klucze w WSC w Bielsku). Skż. Wilkowice—Bystra, p. Szczyrk. Nocl. 5 ł.

Magura (ok. 860).
St. narc. nocl. SN PTT Biała Skż. Wilkowice—Bystra, lub Łodygowice, p. Szczyrk.

Ostre (560).
St. narc. tur. TKN, wł. Jan Polak. Skż. Żywiec. Nocl. 5 ł.

BESKID MAŁY

Magurka (913).
Schronisko Beskidenverein Bielsko, tel. Bielsko 1500. Skż. Wilkowice—Bystra, lub Bielsko, p. Wilkowice. Nocl. 60 ł.

Magurka (930).
St. tur. PTT Biała (u Sikorów), Skż. Łodygowice lub Wilkowice—Bystra, p. Wilkowice, Nocl. 12 ł. i 6 s.

Porąbka (300).
St. nocl. PTT Żywiec, u Marji Knapowej. Skż. Kęty, p. Porąbka. Nocl. 8 ł.

Żar (761).
St. nocl. PTT Żywiec, u Magdaleny Pszczółkowej. Skż. Kęty, p. Międzybrodzie Bialskie. Nocl. 5 ł.

Kocierz (700).
St. nocl. PTT Andrychów, u Bąka i Karcza. Skż. Andrychów, p. Rychwałd. Nocl. 5 s.

Leskowiec (880).
Schronisko PTT Żywiec. Skż. Wadowice, Mucharz, Hucisko, Skawce lub Lachowice. Nocl. 18 ł. i 2 s.

Zwardoń (710).
Schronisko PTT Bielsko i Żywiec. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 70 ł. i 56 s.

Zwardoń (710).
St. narc. tur. TKN, u R. Klimondy, tel. Zwardoń 3. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Zwardoń (710).
Schronisko Pol. Tow. Krajozn. — »Zwardonianka«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 36 ł.

Kikula (1076).
St. narc. tur. TKN, u p. Z. Wienera, Skż. i p. Zwardoń. Nocl. 5 ł.

Wielka Racza (1236).
Schronisko PTT Bielsko, Adr. Rycerka Górna. Skż. Zwardoń, Sól, lub Rajcza, p. Zwardoń. Nocl. 40 ł.

Przegibek pod Małą Będoszką (ok. 1000).
Schronisko PTT Bielsko, Skż. Rajcza, p. Rajcza. Nocl. 8. Klucze w SN PTT Bielsko, lub SN PTT Dziedzice.

Rajcza (495).
St. narc. tur. TKN, u Adeli Nesselroth, tel. Rajcza 20. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 50 ł.

Rajcza (495).
St. noclegowa prywatna, L. Mandelbauma. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 8 ł.

Rycerka Dolna (560).
St. nocleg. PTT Żywiec, u Ryszarda Poscha, tel. Rajcza 28. Skż. i p. Rajcza; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł.

Rycerka Górna (603).
St. narc. tur. TKN, u Karola Butora. Skż. i p. Rajcza; droga jezdna na miejsce. Nocl. 5 ł.

Ujsoły (570).
St. narc. tur. TKN, u Józefa Długosza. Skż. Rajcza, p. Ujsoły; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł.

Hala Boracza (854).
Schronisko ŻTTN Makkabi Bielsko. Skż. i p. Milówka. Nocl. 52 ł. i 8 s.

Lipowska (1324).
Schronisko Beskidenverein Bielsko. Skż. Milówka lub Węgierska Górka, p. Ujsoly. Nocl. 22 ł. i 13 s.

Węgierska Górka (420).
St. narc. tur. TKN, u Janiny Rozmusowej. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 40 ł.

Radziechowy (400).
St. narc. tur. TKN, u Józefa Moronia. Skż. Radziechowy—Wieprz, p. w miejscu. Nocl. 10 ł.

Jeleśnia (440).
St. narc. tur. TKN, u Marcina Pindela. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 5 ł. i 5 s.

Przyborów (520).
St. narc. tur. TKN, u Jerzego Muszika. Skż. i p. Jeleśnia; droga jezdna na miejsce. Nocl. 20 ł.

Korbielów (582).
St. narc. tur. TKN, u p. Marji Wyrodowej. Skż. i p. Jeleśnia; droga jezdna na miejsce. Nocl. 14 ł.

Korbielów (582).
St. noclegowa TTN, w willi »Hela«. Skż. i p. Jeleśnia; droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł. i 10 s.

Pilsko (1330).
Schronisko PTT Żywiec, na Hali Miziowej. Skż. i p. Jeleśnia. Nocl. 61 ł. i 60 s.

Glinne (780).
St. noclegowa w gajówce dóbr Żywiec. Skż. i p. Jeleśnia; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Lachowice (424).
St. narc. tur. TKN, u Jakóba Kachola. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 4 ł. i 6 s.

Hucisko (570).
St. narc. tur. TKN, u Antoniego Gąsiorka. Skż. w miejscu, p. Lachowice. Nocl. 15 ł.

Stryszawa (440)
St. narc. tur. TKN, u p. M. Józefiaka, Skż. Sucha lub Lachowice, p. Sucha. Nocl. prymit. 15 ł.

Sucha (350).
St. narc. tur. TKN, u Kazimierza Ćwiertni. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Maków Podhalański (370).
St. narc. tur. TKN, u Bernarda Branda, tel. Maków 12. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 5 ł.

Skawica (450).
St. narc. tur. TKN, u p. W. Hupperta, Skż. Maków, p. Zawoja. Nocl. 10 ł.

Zawoja (540).
St. narc. tur. TKN, u Wincentego Zająca-Hujdy w willi »Wiktorja«. Skż. Maków Podhalański, p. Zawoja 2; droga jezdna na miejsce. Nocl. 12 ł.

Zawoja (540).
St. nocl. Śl. Woj. Kom. Tur., w willi »Mieczysław«. Skż. Maków Podhalański, p. Zawoja 2; droga jezdna na miejsce. Nocl. 25 ł.

Babia Góra (1080).
Schronisko PTT Żywiec, na Markowych Szczawinach. Skż. Maków Podhalański, p. Zawoja 2. Nocl. 31 ł. i 50 s.

Babia Góra (1616).
Schronisko Beskidenverein Bielsko. Skż. Maków Podhalański lub Jeleśnia, p. Lipnica Wielka. Nocl. 10 ł. i 25 s.

Polica (1240).
Schronisko PTT Jordanów. Skż. Bystra k/Jordanowa, p. Sidzina (Schronisko w budowie).

Jabłonka na Orawie (618).
St. narc. tur. TKN, u A. Sékély'ego. Skż. Czarny Dunajec, p. w miejscu; droga jezdna na miejsce. Nocl. 7 s.

Zubrzyca Górna (700).
St. narc. tur. TKN, u p. M. Kowalik, koło kościoła. Skż. Bystra, Chabówka, Czarny Dunajec, p. Zubrzyca G. N. 15 ł.

Osielec (421).
St. narc tur. TKN, u Bronisława Stopy. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 16 ł.

Jordanów (480).
St. narc. tur. TKN, u p. N. Feita w Rynku. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 8 ł.

GORCE I BESKID WYSPOWY

Nowy Targ—Kowaniec (680).
St. narc. tur. TKN, u Mieczysława Batkiewicza. Skż. i p. Nowy Targ. Nocl. 12 ł. i 28 s.

Turbacz (1140).
Schronisko PTT Nowy Targ — w budowie. Skż. i p. Nowy Targ. Nocl. prowiz. 30 ł. i 50 s.

Stare Wierchy (1000).
Schronisko PTT Rabka. Skż. p. Rabka. Nocl. 8 ł. i 8 s.

Rdzawka koło Obidowej (800).
St. narc. tur. TKN, u Andrzeja Rokity. Skż. Sieniawa, p. Rabka; droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł.

Rabka (520).
St. tur. PTT Rabka, w willi »Wisła«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 7 ł.

Rabka-Zaryte (468).
St. narc. tur. TKN, u p. M. Mikulskiej w willi „Pod Luboniem", p. i Skż. w miejscu. Nocl. 6 ł.

Wielki Luboń (1023).
Schronisko PTT Rabka. Skż. Rabka Zaryte, p. Rabka. Nocl. 12 ł. i 6 s.

Mszana Dolna (400).
St. narc. tur. TKN, u p. W. Chołoniewskiej. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 6 ł.

Kasina Mała (340).
St. narc. tur. TKN, u p. M. Wróbla koło kościoła. Skż. i p. Mszana Dolna. Nocl. prymit. 30 ł.

Niedźwiedź (488).
St. narc. tur. u p. S. Mikołajczykowej. Skż. i p. Mszana Dolna. Nocl. 6 ł.

Lubomierz (700).
St. narc. tur. TKN, u p. J. Krala, leśniczówka koło przełęczy Przysłop. Skż. i p. Mszana Dolna. Nocl. 18.

Dobra k/Limanowej (468).
St. narc. tur. TKN, u Henryka Sopali. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 6 s.

Jurków (534).
St. narc. tur. TKN, u Katarzyny Kapturkiewiczowej. Skż. Dobra k/Limanowej, p. Jurków; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Szczawa (157).
Stacja narc. tur. TKN, u p. J. Farona. Skż. Stary Sącz i Tymbark. St. autob. Łącko, p. Kamienica; droga jezdna na miejsce. Nocl. 20.

Lubań (1200).
St. narc. tur. TKN i PTT Tarnów, u Tomasza Guszkiewicza. Skż. Nowy Targ, p. Czorsztyn. Nocl. 8 ł.

TATRY

Zakopane (837).
»Dworzec Tatrzański« PTT, adr. ul. Krupówki, tel. Zakopane 339. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 60 ł. i 40 s.

Zakopane (837).
St. narc. tur. TKN, u p. Marji Michałowskiej, adr. ul. Ogrodowa l. 477. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 40 ł.

Białka (695).
Stacja narc. tur. TKN, u p. R. Repetowskiej. Skż. Nowy Targ, Szaflary; p. w miejscu; droga jezdna na miejsce z N. Targu. Nocl. 8 ł.

Bukowina (923).
St. narc. tur. TTN, u p. Kobakowej. Skż. Poronin, p. w miejscu; droga jezdna na miejsce. Nocl. 25. ł.

Gubałówka (1223).
St. narc. tur. TKN, u J. Lasaka — Gmina Zubsuche. Skż. i p. Zakopane. Nocl. 6 ł.

Dolina Chochołowska (1150).
Schronisko WKN Warszawa, tel. Zakopane-Chochołowska. Skż. Zakopane, p. Kościelisko; droga jezdna na miejsce. Nocl. 100 ł.

Hala Pyszna (1350).
Schronisko SN PTT Zakopane. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce (częściowo). Nocl. 30 ł. i 30 s.

Hala Kalatówki (1217).
Schronisko TTN Kraków, tel. Zakopane-Kalatówki. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce. Nocl. 40 ł. i 20 s.

Hala Gąsienicowa (1500).
Schronisko PTT Warszawa, tel. Zakopane — Hala Gąsienicowa. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce. Nocl. 140 ł. i 30 s.

Głodówka (pod Bukowiną) (ok. 1000).
Schronisko harcerskie Związku Harcerstwa Polskiego. Skż. Poronin, droga jezdna na miejsce, p. Poronin. Nocl. 30 ł.

Łysa Polana (1003).
Schronisko prywatne Barcikowej. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł. i 5 s.

Roztoka (1032).
Schronisko PTT Kraków. adr.: Zakopane skr. 156. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce. Nocl. 37 ł. i 57 s.

Dolina Pięciu Stawów Polskich (1672).
Schronisko PTT Zakopane. Skż. i p. Zakopane. Nocl. 50 ł. i 25 s.

Morskie Oko w Tatrach (1400).
Schronisko PTT Kraków, tel. Zakopane-Morskie Oko w Tatrach. Skż. i p. Zakopane; droga jezdna na miejsce. Nocl. 62 ł. i 50 s.

PIENINY

Czorsztyn (520).
St. narc. tur. TKN, u Jakóba Kurpiela. Skż. Nowy Targ, p. Czorsztyn; droga jezdna na miejsce. Nocl. 30 s.

Czorsztyn (510).
Schronisko Zw. Naucz. Szk. Powsz., u J. Sanoka. Skż. Nowy Targ, p. Czorsztyn; droga jezdna na miejsce. Nocl. 36 ł.

Sromowce Wyżne (500).
St. nocl. Zw. Harc. Polsk., w »Cisowym Dworku«. Skż. Nowy Targ, p. Czorsztyn; droga jezdna na miejsce. Nocl. 12 ł.

Sromowce Niżne (490).
Schronisko Śl. Wojew. Kom. Tur. Skż. Nowy Targ, p. Szczawnica. Nocl. 10 ł.

Krościenko n. Dunajcem (422).
St. narc. tur. TKN, u Anny Dankiewiczowej. Skż. Nowy Targ lub Stary Sącz, p. Krościenko; droga jezdna na miejsce. Nocl. 40 ł.

Szczawnica Niżnia (431).
Schronisko PTT Nowy Sącz. Skż. Nowy Targ lub Stary Sącz, p. Szczawnica; droga jezdna na miejsce. Nocl. 13 ł. i 30 s.

Szczawnica (450).
Schronisko PTT Szczawnica. Skż. Nowy Targ lub Stary Sącz, p. Szczawnica; droga jezdna na miejsce. Nocl 8 ł. i 50 s.

POGÓRZE ROŻNOWSKIE

Lubinka (ok. 410).
Schron zagosp. tylko zimą SN PTT Tarnów. Skż. Łowczówek—Pleśna, p. Zakliczyn, szosa opodal. Nocl. 8 s.

Burzyna (ok. 480).
Schron zagosp. tylko zimą SN PTT Tarnów. Skż. Tuchów lub Siedliska. Nocl. 8 s.

Rożnów.
Tymczasowa st. nocl. PTT i PZKaj. (powyżej budującej się zapory) znajduje się w przygotowaniu.

BESKID SĄDECKI

Rytro (420).
St. narc. tur. TKN, u Henryka Paperle, pensj. »Esplanade«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Piwniczna (375).
St. nocl. Tow. Narc. Mościce, u Anieli Wolańskiej. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Żegiestów (500).
St. narc. tur. TKN, u p. Bieleckiej — willa »Żorlina«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 50 ł.

Muszyna (458).
St. narc. tur. TKN, u Józefy Hotperowej. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 15 ł.

Izby (570).
St. narc. tur. TKN, na placówce straży granicznej. Skż. Krynica, p. Tylicz. Nocl. 5 ł.

Krynica Wieś (522).
St. narc. tur. TKN, u Tadeusza Strowskiego. Skż. Krynica Wieś, p. Krynica. Nocl. 3 ł.

Krynica Zdrój (583).
St. narc. tur. TKN, u Jana Pawelca. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 10 ł.

Jastrzębik k/Krynicy (550).
St. narc. tur. TKN, u Hrycia Tyliszczaka. Skż. Powroźnik, p. Muszyna. Nocl. 6 ł.

Jaworzyna Krynicka (1116).
Schronisko PTT Krynica. Skż. i p. Krynica. Nocl. 80 30 s.

Krzyżówka koło Krynicy (743).
St. narc. tur. TKN, u Kazimiery Zgudowej. Skż. i p. Krynica. Nocl. 4 ł.

BESKID NISKI

Gorlice (310).
St. noclegowa PTT Gorlice, w »Hotelu Centralnym« M. Starka. Skż. i p. w miejscu. Noclegi ulgowe

Wysowa (525).
Stacja narc. tur. TKN w Zakładzie Zdrojowo-kąpielowym. Skż. Grybów i Gorlice, p. w miejscu, tel. Wysowa 1, droga jezdna na miejsce. Nocl. 20.

Dukla (351).
St. narc. tur. TKN, u Mendla Lichtmana. Skż. Iwonicz; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł.

Barwinek k/Dukli (433).
St. narc. tur. TKN, Plac. straży gran. Skż. Iwonicz; droga jezdna na miejsce. Nocl. 7 ł.

Czeremcha (549).
St. narc. tur. TKN, na placówce straży granicznej. Skż. Rymanów; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł.

Jasiel (593).
St. narc. tur. TKN, na placówce straży granicznej. Skż. Rymanów; droga jezdna na miejsce. Nocl. 7 ł.

Komańcza (504).
St. narc. tur. TKN, u Antoniego Wasiewicza. Skż. p. w miejscu. Nqcl. 8 ł.

BIESZCZADY

Łupków (624).
St. narc. tur. TKN, w Ośrodku TN 2 psp — Sanok. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 10 ł.

Maniów (598).
St. narc. tur. TKN, w Ośrodku TN 2 psp Sanok. Skż. w miejscu, p. Wola Dzichowa. Nocl. 10 ł.

Cisna (578).
Stacja narc. tur. TKN, w pensjonacie Olgi Herczka. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Myczków (482).
Stacja narc. tur. TKN, w pensjonacie Czesława Wawrosza. Skż. Uherce, p. Solina-Ustrzyki, pow. Lesko; droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł.

Sokole n/Sanem (421).
Stacja nocl. PTT Lwów, we dworze J. Brandysa. Skż. Ustrzyki Dolne, p. Łobozew; droga jezdna na miejsce. Nocl. 20 ł.

Olszanica (610).
Stacja narc. tur. TKN, u Bohdana Juścińskiego, tel. Olszanica 3. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 25 ł.

Berehy Górne (722).
Schronisko KTN Lwów, w leśniczówce P. Serwatowskiego. Skż. Ustrzyki Dolne, p. Dwernik, pow. Lutowiska; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł.

Ustrzyki Górne (750).
Stacja narc. tur. TKN, we dworze inż. Adlersberga. Skż. Ustrzyki Dolne lub Sianki, p. Lutowiska. Nocl. 30 ł.

Wołosate (705).
Stacja narc. tur. TKN, u Ks. Bazylego Trzycieckiego. Skż. i p. Sokoliki Górskie; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł. i 3 s.

Rozłucz (620).
Schronisko Okr. Urz. WF i PW OK Nr. X. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 180 ł.

Borynia (689).
Stacja narc. tur. TKN, w pensjonacie Heleny Daniłowiczowej. Skż. Jabłonka, p. w miejscu; droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł.

Sokoliki Górskie (740).
St. nocl. PTT Drohobycz, we dworze M. Kalinowskiej, tel. Sokoliki 1. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 10 ł. i 10 s.

Sianki (830).
St. narc. tur. TKN, u Genowefy Stefańskiej. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 25 ł.

Sianki (830).
Schronisko Okr. Urz. WF i PW OK Nr. X. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 60 ł.

Sianki (830).
Schronisko PTN Przemyśl. Skż. i p. w miejscu. Droga jezdna na miejsce. Centralne ogrzewanie, światło elektryczne. Nocl. 220 ł.

Libuchora (675).
St. narc. tur. TKN, u M. Minkowicza. Skż. Jabłonka lub Sianki, p. Wysocko Wyżne; droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł. i 4 s.

Pikuj (1100).
Schronisko PTN Przemyśl; Gmina Libuchora. Skż. Sianki, p. Wysocko W. Nocl. 80 ł.

Husne Wyżne (734).
St. narc. tur. TKN, u Mechela Goldreicha. Skż. Jabłonka lub Sianki, p. Wysocko Wyżne, pow. Turka; droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł.

Załokieć (450).
Schronisko PTT Drohobycz. Skż. Borysław, p. Podgórz k/Drohobycza; droga jezdna na miejsce. Nocl. 20 ł.

Pod Ciuchowem Działem w Orowie (ok. 900).
Schronisko PTT Drohobycz i Zw. Harc. Pol., adr. dr. M. Dutczyński. Skż. Borysław, p. Tustanowice. Nocl. 15 ł. i 14 s.

Dol. Majdańskiego Potoku—Malmanstal (640).
Schronisko PTT Drohobycz. Skż. Synowódzko Wyżne, p. Schodnica k/Borysławia. Nocl. 30 ł.

Tysowiec (1000).
St. noclegowa PTT Drohobycz, u Iwana Czudyjowicza, Gmina Tysowiec. Skż. Skole, p. Koziowa. Nocl. 10 s.

Klimiec (800).
Schronisko PTN Przemyśl i TKN. Skż. Skole, p. Tucholka; droga jezdna na miejsce. Nocl. 25 ł.

Klimiec — Przełęcz Tucholska (840).
St. narc. tur. TKN, na placówce straży granicznej. Skż. Skole, p. Tucholka pow. Stryj; droga jezdna na miejsce Nocl. 5 ł. i 5 s.

Kamionka (570).
St. narc. tur. TKN, w leśniczówce państwowej. Skż. Dębina k/Skolego; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Skole (437).
St. narc. tur. TKN, w hotelu Hermana Henenfelda. Skż. w miejscu. Nocl. 15 ł.

Paraszka (930).
Schronisko PTT Drohobycz, w domku myśliwskim Br. Groedel, klucze w Kole PTT w Skolem. Skż. i p. Skole. Nocl. 10 ł.

Hrebenów (490).
St. narc. tur. TKN, w pensjonacie »Marja« Marji Nedeczky. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 25 ł.

Tuchla (528).
St. narc. tur. TKN, w pensjonacie »Dora« F. Lipschütz Skż. i p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Rożanka Wyżna (700).
St. narc. tur. TKN, u leśniczego Jerzego Micowskiego. Skż. i p. Tuchla; droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł.

Sławsko (600).
Schronisko KTN Lwów, tel. Sławsko 2. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 80 ł.

Trościan (1215).
Schronisko PTT Drohobycz, w domku myśliwskim Br. Groedel. Skż. i p. Sławsko. Nocl. 30 s.

Kazanowiec (900).
Schronisko SN Czarni Lwów. Skż. i p. Sławsko. Nocl. 20 ł.

Kazanowiec (900).
St. nocl. PTT Lwów, u Piotra Sikana. Skż. i p. Sławsko. Nocl. 4 ł.

Ławoczne (648).
Schronisko SN Kol. PW Lwów, w budynku kolejowym. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 40 ł.

Kalne (680).
St. narc. tur. TKN, u Eljasza Krawczuka. Skż. i p. Ławoczne; droga jezdna na miejsce. Nocl. 5 s.

Oporzec (670).
Schronisko PTT Drohobycz, w leśniczówce Br. Groedel, adr. Karol Rogulski, tel. Ławoczne 10. Skż. i p. Ławoczne; droga jezdna na miejsce. Nocl. 30 ł.

Beskid (850).
Schronisko Okr. Urz. WF i PW OK Nr. VI. Skż. i p. Ławoczne. Nocl. 80 ł.

Wygoda (457).
St. narc. tur. TKN, w hotelu Maurycego Drillicha. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 6 ł.

Wełdzirz-Maksymówka (502).
St. narc. tur. TKN, w sanatorjum Spółdz. Kapłanów rzym. kat. Skż. Wygoda, p. w miejscu; droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł.

Wyszków (750).
St. noclegowa PTT Lwów, w leśniczówce. Skż. Wygoda, p. Wełdzirz; droga jezdna na miejsce. Nocl. 9 s.

Przełęcz Wyszkowska (941).
St. tur. PTT Lwów na placówce straży granicznej. Skż. Wygoda, p. Wełdzirz; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł. i 2 s.

Przełęcz Wyszkowska (941).
Schronisko PTT Lwów. (Nocl. 25 — w budowie).

Świca (930).
Schronisko PTT Lwów. Skż. Wygoda, p. Wełdzirz, kolejka leśna o 2 km od schroniska; droga jezdna na miejsce. Nocl. 17 ł. i 10 s.

Przełęcz Sołotwinka (1400).
Schron niezagospodarowany PTT Lwów.(Najbl. schronisko w Świcy). Nocl. 10 s.

Broszniów (346).
St. noclegowa PTT Stanisławów, w gospodzie Z. Kapustjana. Skż. w miejscu. Nocl. 4 ł.

Dol. Mołody (ok. 720).
Schronisko PTT Lwów. (Nocl. 30 — w budowie).

Kuźmieniec k/Osmołody (685).
St. narc. tur. TKN, w gajówce i domku myśl., adr. Nadleśnictwo Państw. Jasień. Skż. Broszniów, p. Perehińsko; kolejka leśna na miejsce. Nocl. 4 ł. i 40 s.

Jala w dol. Łomnicy (750).
Schronisko PTT Lwów. Skż. w miejscu; kolejka leśna na miejsce. Nocl. 25 ł. i 10 s.

Darów (850).
St. narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. Broszniów, p. Perehińsko; kolejka leśna na miejsce. Nocl. 2 ł.

Przełęcz Ruszczyna (1350).
Schron niezagospodarowany PTT Lwów. (Najbliższe schronisko na Jali). Nocl. 10 s.

Sołotwina (420).
St. nocl. PTT Stanisławów, w gospodzie T. Śrebunczaka. Skż. Stanisławów lub Nadwórna, p. w miejscu; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł. i 10 s.

Porohy n/Złotą Bystrzycą (500).
St. narc. tur. TKN, w Tartaku Pol. Szwajc. Przemysłu Leśnego S. A. Skż. Stanisławów lub Nadwórna, p. Sołotwina pow. Bohorodczany; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Porohy n/Złotą Bystrzycą (500).
St. nocl. PTT Stanisławów, u Grzegorza Julisza. Skż. Stanisławów lub Nadwórna, p. Sołotwina; droga jezdna na miejsce. Nocl. 10 ł. i 6 s.

Łopuszna pod Sywulą (780).
St. narc. tur. TKN, w gajówce Pol. Szwajc. Przem. Leśn. S. A. Skż. Stanisławów lub Nadwórna, p. Sołotwina; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Przełęcz Borewka pod Sywulą (1364).
Schron niezagospodarowany PTT Kałusz. (Najbliższe schronisko na Jali lub w Łopusznej). Nocl. 40 s.

Nadwórna (431).
St. nocl. PTT Stanisławów, u Leona Grüssgota, adr. ul. Delatyńska. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 3 ł. i 2 s.

Zielona (600).
St. narc. tur. TKN, w pensjonacie Leona Knolla. Skż. Nadwórna, p. w miejscu; kolejka leśna i droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł.

Rafajłowa (759).
St. narc. tur. TKN, u leśn. T. Ciesielskiego. Skż. Nadwórna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna i droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł.

Połonina Pantyrska (1300).
Schronisko PTN i TKN nad Przełęczą Pantyrską. Skż. Nadwórna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna do Rafajłowej. Nocl. 20 s.

Durniniec k/Rafajłowej (820).
St. narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. Nadwórna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna do Rafajłowej. Nocl. 4 ł.

Kruhły Łuh pod Bratkowską (825).
St. narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. Nadwórna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna do Rafajłowej, droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Steryszora (1500) błędnie „Czarna Klewa".
Schronisko PTN Przemyśl. Skż. Nadworna, p. Zielona k/Nadwórnej. Nocl. 23 ł.

Ozirny w dol. Doużyńca (820).
St. narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. Nadworna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Soloniec w dol. Doużyńca (1000).
St. narc. tur. TKN w gajówce państwowej. Skż. Nadwórna, p. Zielona k/Nadwórnej; kolejka leśna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Połonina Niżna pod Doboszanką (1000).
Schronisko PTT Stanisławów. Skż. Nadwórna lub Jaremcze, p. Zielona k/Nadwórnej. Nocl. 20 s.

Pod Doboszanką (przy Klauzie Zubrynki).
Schronisko PTT Stanisławów (w budowie).

Połonina Barania (1350); **pod Chomiakiem.**
Schronisko PTT Stanisławów. Skż. Żeniec, p. Tatarów. Nocl. 25 ł. i 30 s.

DOLINA PRUTU I PASMO CZARNOHORY

Jaremcze (525).
St. narc. tur. TKN, w pensjonacie »Doboszanka«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 30 s.

Jaremcze (525).
St. nocl. PTT Stanisławów, w pensjonacie »Jasna Polana«. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 8 ł.

Jaremcze (525).
St. nocl. PTT Stanisławów, w hotelu Hanusa. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 6 ł.

Jamna (564).
St. nocl. PTT Stanisławów, u Judy Tagera. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 4 ł.

Diłok ad Mikuliczyn (590).
St. nocl. PTT Stanisławów, w Domu Zdrowia Związku Drukarzy. Skż. w miejscu, p. Mikuliczyn. Nocl. 10 ł.

Tatarów (671).
St. narc. tur. TKN, w pensjonacie Heleny Domiczek. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 8 ł.

Przełęcz Tatarska (931).
Schronisko PTT Stanisławów, Gmina Jabłonica. Skż. p. Tatarów; droga jezdna na miejsce. Nocl. 36 ł. i 15 s.

Worochta (740).
Schronisko PTT Kołomyja »Dworek Czarnohorski«, tel. Worochta 14. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 50 ł. i 30 s.

Bukowina (970).
St. narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. i p. Worochta; droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Zaroślak (1300) **pod Howerlą.**
Schronisko PTT Stanisławów, tel. Worochta 4 a. Skż. i p. Worochta; kolejka leśna do Foreszczenki, droga jezdna na miejsce. Nocl. 120 ł. i 30 s.

Mariszewska (ok. 1400).
Schroniska KTN Lwów. Skż. i p. Worochta. Nocl. 40 (na ukończeniu).

Pohorylec (1742) **pod Pop Iwanem.**
Schronisko SN AZS Warszawa. Skż. Worochta lub Kuty. p. Żabie. Nocl. 40 ł.

Kostrzyca (ok. 1350).
Schronisko Harc. Kl. Narc. Warszawa. Skż. i p. Worochta. Nocl. 70 ł.

PASMO CZYWCZYŃSKIE I DOLINA CZARNEGO CZEREMOSZU

Bystrzec Klauza (850).
St. narc. tur. TKN u Iwana Ślusarczyka, gmina Dzembronia. Skż. Worochta lub Kuty, p. Żabie. Nocl. 10 s.

Zelene n/Cz. Czeremoszem (803).
St. narc. tur. TKN u Marji Żetyniukowej, tel. Żabie 2a (post. P.P.). Skż. Worochta lub Kuty, p. Żabie. Nocl. 6 ł. i 2 s.

Szybene n/Cz. Czeremoszem (850).
St. narc. tur. TKN u gajowego Michała Iwanickiego. Skż. Worochta lub Kuty, p. Żabie. Nocl. 5 ł.

Szybene Kłauza (1024).
St. nocl. PTT Kołomyja, u dozorcy Klauzy. Nocl. 10 s.

Połonina Berczeska (1450) **pod Kopilaszem.**
Schronisko SN AZS Warszawa, częściowo zagospodarowane. Skż. Worochta lub Kuty, p. Żabie. Nocl. 25 s.

Burkut (880).
Schronisko PTT Kosów. Skż. Kuty, p. Żabie, telef. w miejscu. Nocl. 40 ł.

Stefulec n/Cz. Czeremoszem (1050).
Stacja narc. tur. TKN, w gajówce państwowej. Skż. Kuty, p. Żabie. Nocl. 3 ł.

Dolina Popadyńca (ok. 1330).
Schronisko PTT Kosów. Skż. Kuty, p. Żabie, telef. Burkut. Nocl. 30 (na wykończeniu).

Bałtagul (1269).
Schronisko PTT Kosów. Skż. Kuty, p. Żabie, telef. Burkut. Nocl. 30 s. (na wykończeniu).

BESKID HUCULSKI

Kołomyja.
St. nocl. PTT Kołomyja, w hotelu Grand, pl. Piłsudskiego 1, tel. Kołomyja 156. Skż. i p. w miejscu. Nocl. 15 ł.

Kuty (340).
St. narc. tur. TKN w hotelu Wł. Karczewskiego. Skż. p. w miejscu. Nocl. 20 ł.

Kosmacz (643).
St. tur. PTT Kołomyja, na kopalni ropy Storch i Ska. Skż. Kołomyja lub Mikuliczyn, p. w miejscu. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 15 ł. i 15 s.

Jasieniów Górny (542).
St. narc. tur. TKN u Jana Tomaszewskiego. Skż. Kuty, p. w miejscu. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł.

Żabie-Słupejka (604).
Stacja narc. tur. TKN, w hotelu L. Gertnera, tel. Żabie 8. Skż. Worochta lub Kuty, p. w miejscu. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 20 ł.

Żabie-Ilcia (634).
St. narc. tur. TKN, w gospodzie Zofji Wolańskiej. Skż. Worochta lub Kuty, p. Żabie. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 6 ł.

Bereźniak (ok. 1300) **pod Skupową.**
Schronisko PTT Kosów. Skż. Kuty, p. Żabie, telef. Burkut. Nocl. 20. W stadjum wykończenia.

Masny Prysłup (1534) **pod Babą Ludową.**
Schronisko PTT Kosów. Skż. Kuty, p. Żabie, telef. Burkut. Nocl. 16. W stadjum wykończenia.

Hryniawa (725).
St. narc. tur. TKN w Nadleśnictwie Państwowem. Skż. Kuty, p. Jasienów Górny. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 4 ł.

Szykmany k/Hryniawy (820).
St. narc. tur. TKN we dworze Leopolda Milsovitsa. Skż. Kuty, p. Jasienów Górny. Droga jezdna na miejsce. Nocl. 14 ł.

Marijen Klauza n/Białym Czeremoszem (800).
St. narc. tur. TKN u dozorcy Klauzy. Skż. Kuty, p. Jasienów Górny. Nocl. improwizowane, budynek na brzegu rumuńskim, przepustka konieczna.

Połonina Smitenyj (1500).
St. narc. tur. TKN w Bryndzarni Państwowej. Skż. Kut , p. Jasienów Górny. Nocl. 4 s.

erkałab}Klauza (1020).
St. narc. tur. TKN, u dozorcy Kłauzy. Skż. Kuty, p. Jasieniów Górny. Nocl. improwizowane.

* * *

UWAGA: We wszystkich schroniskach Beskidenverein'u, a mianowicie na **Szyndzielnej, Magurze, Magurce, Lipowskiej i Babiej Górze,** członkowie PZN, którzy wykażą się **legitymacją czarną PZN** z nalepką związkową na sezon bieżący, **korzystają z ulg** przysługujących członkom Beskidenverein'u tj. opłacają 50% **ceny wstępu do schronisk i noclegów.**

NARCIARSKIE STACJE RATOWNICZE

TOWARZYSTWA KRZEWIENIA NARCIARSTWA

Wypadki narciarskie, zarówno w postaci zachorzeń, potłuczeń, zwichnięć i złamań, jak i żywiołowych katastrof lawinowych są obecnie — w miarę rozwoju narciarstwa — coraz bardziej powszechne i częściej spotykane. **Pragnąc zapewnić ofiarom takich wypadków możliwie rychłą pomoc,** zorganizowało Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa w szeregu schronisk górskich **stacje ratownicze,** które dostępne są za drobną opłatą (z tytułu zwrotu kosztów własnych) wszystkim narciarzom i turystom.

Stacje te są wyposażone w apteczki, zaopatrzone zarówno w leki jak i materjał opatrunkowy, szyny do złamanych kończyn itp., oraz **sanki i nosze** do transportu rannych, ponadto w okolicach gdzie istnieje **niebezpieczeństwo lawinowe** — w sprzęt pomocniczy w postaci łopat i sond.

Stacje ratownicze istnieją narazie w następujących schroniskach:

Schronisko W. K. N. na Hali Chochołowskiej w Tatrach.

Schronisko S. N. P.T.T. na Hali Pysznej w Tatrach.

Schronisko T.T.N. na Kalatówkach w Tatrach.

Schronisko P.T.T. w dolinie 5-ciu Stawów Polskich w Tatrach.

Schronisko P.T.T. w Roztoce w Tatrach.

Schronisko P.T.T. przy Morskiem Oku w Tatrach.

Schronisko na Łysej Polanie w Tatrach.

Schronisko P.T.T. na Wielkiej Raczy.

Schronisko P.T.T. na Hali Miziowej pod Pilskiem.

Schronisko P.T.T. na Markowych Szczawinach pod Babią Górą.

Schronisko P.T.T. na Turbaczu.

Schronisko P.T.N. i T.K.N. na Pantyrze.

Schronisko P.T.T. na Chomiaku.

Schronisko P.T.N. na Pikuju.

Schronisko SN. A.Z.S. Warszawa na Popie Iwanie.

Schronisko P.T.T. na Zaroślaku.

(Wszystkie stacje na obszarze Tatr zostały urządzone wspólnie z Tatrzańskiem Ochotniczem Pogotowiem Ratunkowem).

Pozatem istnieją mniejsze stacje w następujących punktach:

Schronisko P.T.T. na Stożku.
Schronisko P.T.T. na Równicy.
Schronisko P.T.T. na Baraniej Górze.
Schronisko P.T.T. na Luboniu Wielkim.
Schronisko na Hali Kondratowej w Tatrach.
Schronisko K.T.N. w Sławsku.
Schronisko P.T.T. na Leskowcu.
Schronisko P.T.T. na Jaworzynie Krynickiej.

* * *

Popieranie działalności Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa, zmierzającej do tworzenia stacyj ratowniczych, jest moralnym obowiązkiem każdego Klubu i każdego narciarza!

PRZEKRACZANIE GRANICY POLSKO - CZECHOSŁOWACKIEJ PRZEZ CZŁONKÓW P. Z. N.

NA PODSTAWIE KONWENCJI TURYSTYCZNEJ

Członkowie Towarzystw należących do P. Z. N. mogą korzystać na zasadzie posiadania **żółtej legitymacji turystycznej,** zaopatrzonej w nalepkę na sezon 1935—1936 i wydawane bezpłatnie **poświadczenie władzy administracyjnej I. instancji,** oraz bezpłatną **wizę konsulatu czeskiego,**— z uprawnień, jakie zostały ustalone w konwencji turystycznej, polsko-czechosłowackiej, zawartej w Pradze 30 maja 1925 r. (Dz. Ust. R. P. nr. 57 poz. 333 z dnia 11 czerwca 1926 roku).

Na podstawie tej konwencji wolno posiadaczom wymienionych legitymacyj **przekraczać granicę** polsko-

czechosłowacką i swobodnie poruszać się **w obrębie pasa turystycznego w okresie od 1 grudnia do 30 kwietnia.** Przekroczenie granicy nastąpić może **jedynie na nartach lub z nartami** i to na drogach **celnych** lub na drogach **turystycznych,** lecz w tym wypadku bez bagażu, lub z bagażem umieszczonym w plecaku.

Według polskich przepisów celnych wolno zabrać przez granicę bez cła rzeczy podróżne, przybory fotograficzne, żywność w ilości potrzebnej w podróży i najwyżej 20 cygar lub 50 papierosów lub 50 gr. tytoniu.

Pas turystyczny składa się **z 3 części.** Część zachodnia obejmuje Beskidy Śląskie aż po linję kolejową Frydek—Frydland Bila, całą Orawę i Małą Fatrę, południową stronę Tatr po linję kolejową Koszycko-Bogumińską i Spisz aż po rzekę Poprad. Środkowa część leży na przedłużeniu linji kolejowej Lwów—Ławoczne i zawiera w sobie pasmo Borsawy. Południowa część obejmuje dorzecze Cisy, grupę Świdowca i Bliżnicy i Karpaty Marmaroskie po granicę rumuńską.

Szczegółowe określenie granic pasa turystycznego, znajduje się **w objaśnieniu** zawartem wraz z mapką, **w książeczce** żółtej legitymacji konwencyjnej.

Celem korzystania z uprawnień wynikających z konwencji winni członkowie Towarzystw zrzeszonych w P. Z. N. zaopatrzyć się w **żółte legitymacje.** Legitymacje te, za pośrednictwem Towarzystw są do nabycia w **sekretarjacie P. Z. N. — Kraków, ul. Józefa Piłsudskie o 13.**

Członkowie Towarzystw należących do P. Z. N. będą na **kolejach państwowych czechosłowackich,** względnie na kolejach lokalnych, pozostających w zarządzie państwowym po czechosłowackiej stronie pasa turystycznego korzystać z 33% **zniżki przy wycieczkach zbiorowych,** o ile w nich weźmie udział przynajmniej 10 członków.

KAŻDY NARCIARZ TURYSTA
WINIEN ZDOBYĆ
ODZNAKĘ GÓRSKĄ P. Z. N.

PRZEWODNIKI I MAPY PO NARCIARSKICH TERENACH KARPAT

KARPATY ZACHODNIE

Przewodniki:

Przewodnik po Beskidach Zachodnich (tom I—II), opr. K. Sosnowski — 1930.

Przewodnik narciarski po Beskidzie Zachodnim, opr. W. Midowicz i W. Augustynowicz — 1928.

»Zima w Polsce« — Karpaty Zachodnie wraz z Tatrami, opr. dr. A. Zieliński — 1934 (także w języku angielskim, francuskim, niemieckim i węgierskim).

Die Beskiden, opr. inż. Tischler, przewodnik w jęz. niemieckim.

Skiführer durch die Beskiden, opr. Tischler-Wilke, przewodnik narciarski po Beskidzie zach. w jęz. niemieckim.

Przewodnik po Wiśle i okolicy, opr. A. Podzorski — 1933.

Przewodnik po Beskidzie Śląskim, opr. J. Galicz — 1931.

Zwardoń i okolica — przewodnik narciarski, opr. W. Midowicz i S. Merta — 1931 (także w języku niemieckim).

Rabka Zdrój i okolica, opr. St. Borkowski — 1933.

Pieniny jako Park Narodowy, opr. prof. F. Rapf — 1933.

Krynica, Żegiestów, Muszyna i okolice, opr. R. Nitribitt i Z. Hetper — 1929.

Kraków-Zakopane — przewodnik turystyczno-kolejowy DOKP. w Krakowie, opr. dr. St. Leszczycki — 1933.

Kraków-Krynica — przewodnik turystyczno-kolejowy DOKP. w Krakowie, opr. dr. St. Leszczycki — 1934.

Mapy:

Mapy turystyczne Wojskowego Instytutu Geograficznego (WIG.) 1:100.000. Arkusze według schematu 1934.

Mapy specjalne b. austr. wzgl. czechosłowackiego Instytutu Kartograficznego 1:75.000, (niesprawdzane od roku 1916).

Mapy turystyczne Karpat Polskich »Gea« 1:100.000, arkusze: Szczawnica — Pieniny — Żegiestów, Krynica — Nowy Sącz.

Mapa Beskidów Zachodnich, opr. E. Stonawski 1:75.000.

Mapa Pienin, opr. F. Rapf. 1:30.000.

Plastyczne mapy narciarskie T.K.N. Blokdiagramy: Nr. 1 Babia Góra, Nr. 2 Gorce i Beskid Wyspowy, Nr. 3 Grupa Pilska, Wielkiej Raczy i Baraniej Góry, Nr. 4 Beskid Śląski i Mały.

Mapy przeglądowe W.I.G. 1:300.000, arkusze: Cieszyn, Nowy Sącz.

Mapy generalne b. austr. wzgl. czechosłowackiego Instytutu Kartograficznego 1:200.000.

Mapa szlaków turystycznych w Beskidach Zachodnich, opr. K. Sosnowski oraz Z. i T. Wyrobkowie.

TATRY

Przewodniki:

Zakopane i Tatry Polskie w zimie, opr. T. Zwoliński — 1934.

Przewodnik po terenach narciarskich Zakopanego i Tatr, opr. M. Zaruski — 1931.

»Zima w Polsce« — Karpaty Zachodnie wraz z Tatrami, opr. dr. A. Zieliński — 1934 (także w języku angielskim, francuskim, niemieckim, i węgierskim).

Mapy:

Mapa fotogrametryczna Tatr Polskich W.I.G. 1:20.000. Wydanie ogólne (wydania turystyczne i narciarskie w opracowaniu).

Mapa Tatr Polskich, opr. T. Zwoliński 1:37.500.

Mapa Tatr Wysokich i Bielskich, opr. T. Zwoliński 1:40.000.

Mapa Tatr, opr. T. Zwoliński, 1:50.000 (w druku).

Mapa Tatr, opr. A. Tomaszewski 1:50.000.

Mapy turystyczne W.I.G. 1:100.000. Arkusze według schematu 1934.

KARPATY WSCHODNIE

Przewodniki:

Przewodnik narciarski P.Z.N., tom III., Bieszczady opr. dr. Z. Klemensiewicz — 1934.

»Zima w Polsce« Karpaty Wschodnie opr. dr. A. Zieliński — 1934 (także w języku angielskim, francuskim, niemieckim i węgierskim).

Tereny narciarskie Sławska. I. Trościan, II. Wysoki Wierch, III. Zielony Wierch, Ilza, Pliszki, opr. dr. Z. Klemensiewicz — 1928, 1930.

Zima w Dolinie Oporu, opr. dr. S. Bialikiewicz i dr. A. Zieliński — 1932.

Krótki Przewodnik po Huculszczyźnie (Główna Księgarnia Wojskowa), opr. dr. Z. Klemensiewicz — 1933.

Przewodnik po Beskidach Wschodnich. Tom I. (Pasmo Gorganów). Opr. H. Gąsiorowski — 1935.

Przewodnik po Beskidach Wschodnich, tom II (Pasmo Czarnohorskie), opr. H. Gąsiorowski — 1933.

Przewodnik Narciarski po Karpatach Wschodnich, opr. inż. M. Dudryk — 1927.

Beskid Wschodni — Szlaki turystyczne w dorzeczach Prutu i Czarnej Bystrzycy, opr. I. Czaykowski — 1934.

Mapy:

Mapy turystyczne W.I.G. 1:100.000. Arkusze według schematu — 1933, 1934.

Mapy specjalne b. austr. wzgl. czechosłowackiego Instytutu Kartograficznego 1:75.000 (niesprawdzane od 1916 r.).

Gorgany Zachodnie, opr. A. Lenkiewicz 1:100.000.

Plastyczne Mapy Narciarskie T. K. N. Blokdiagram Nr. 5 Czarnohora z częścią Beskidu Huculskiego.

Mapy przeglądowe W.I.G. 1:300.000, arkusze: Lwów, Mukacewo, Stanisławów.

Mapy generalne b. austr. wzgl. czechosłowackiego Instytutu Kartograficznego 1:200.000.

Bieszczady i Gorgany, mapa znakowanych szlaków turystycznych od Ustrzyk Górnych do Rafajłowej, opr. dr. A. Zieliński i A. Wasung 1:200.000.

Mapa znakowanych szlaków Huculszczyzny, opr. dr. A. Zieliński 1:200.000.

Pozyskujcie nowych członków dla swych Towarzystw!

ODZNAKA GÓRSKA

POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO



Wzór, wykonanie i własność Odznaki Górskiej zastrzeżone są wyłącznie dla Polskiego Związku Narciarskiego na podstawie świadectwa rejestracyjnego Urzędu Patentowego Nr. 2596 z 14. II. 1934.

Odznakę nabywać mogą jedynie uprawnieni, tylko w Polskim Związku Narciarskim — Kraków, ulica Józefa Piłsudskiego 13.

Przeciw osobom lub firmom podrabiającym lub sprzedającym Odznakę Górską, wystąpi P. Z. N. na drogę sądową.

* * *

Liczne rzesze narciarzy i narciarek, uprawiających turystykę zimową powinny dążyć do zdobycia Odznaki Górskiej Polskiego Związku Narciarskiego.

Zaszczytne to wyróżnienie, przyznawane przez Związek czynnym narciarzom za działalność na polu turystyki, zdobyć można przy sposobności odbywania narciarskich wycieczek w polskich górach.

Odznaka Górska nie stawia wymagań rekordowych lub czasowych. W założeniu swem jest ona jak najdalszą od nagradzania wyczynów turystycznych według zasad przyjętych w sporcie. Odznaka Górska ma na celu przedewszystkiem krzewienie turystyki narciarskiej w jaknajszerszych sferach. Ponadto dąży ona do utrzymania sprawności turystycznej do jaknajpóźniejszego wieku poszczególnych narciarzy.

Warunki zdobycia Odznaki są przystępne dla szerokiego ogółu i przystosowane do wymagań wieku, płci i możliwości uprawiania turystyki.

Zdobyć więc Odznakę i przejść wszystkie jej stopnie aż do stopnia złotego, może każdy narciarz i każda narciarka.

Stały wzrost ilości osób, ubiegających się i zdobywających Odznakę Górską P. Z. N., świadczy dowodnie o jej potrzebie

i wielkiej popularności. Uzupełnienie regulaminu, powiększenie listy wycieczek punktowanych, wprowadzenie znacznej ilości typowych raidów punktowanych i zwiększenie liczby przzodowników — zezwolą na dalsze wzmożenie ruchu narciarskiego na terenie polskich gór i spowodują rozrost instytucji Odznaki Górskiej.

REGULAMIN ODZNAKI GÓRSKIEJ POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO

ustalony przez Komisję Turystyczną P. Z. N. przy uwzględnieniu wytycznych Rady P. Z. N. z dnia 11. IX. 1932 i 8. X. 1933 oraz zarządzeniami w latach 1934 i 1935.

I. Zasady ogólne

§ 1.) Za działalność narciarsko-turystyczną, kontrolowaną według norm niniejszego regulaminu, nadaje Polski Związek Narciarski czynnym narciarzom-turystom zaszczytne wyróżnienie, zwane »Odznaką Górską«, której celem jest:

a) budzenie zainteresowania dla turystyki narciarskiej,
b) zachęta do utrzymania sprawności turystycznej do jaknajpóźniejszego wieku,
c) podniesienie poziomu technicznego uprawianej turystyki,
d) propaganda terenów narciarskich w polskich górach.

§ 2.) Instytucją odznaki górskiej (ewidencja i przydział) kieruje Polski Związek Narciarski, który ponadto czuwa by: 1) odznaka górska była zawsze wysoko cenioną wsród ogółu, 2) by warunki uzyskiwania odznaki były stwierdzane w sposób rzetelny, 3) by normy osiągania odznaki były stale stosowane do poziomu rozwoju turystyki narciarskiej.

§ 3.) Odznakę górską otrzymać może każdy nieposzlakowany obywatel Polski, który ukończył 17 rok życia i spełnił normy wymagane niniejszym regulaminem. Polski Związek Narciarski może odmówić nadania odznaki, względnie odebrać odznakę tym spełniającym warunki osobom, które:

1) działają na szkodę P. Z. N., 2) którym udowodniono przekroczenia natury etycznej.

Posiadacz odznaki górskiej otrzymuje od Polskiego Zwiazku Narciarskiego legitymację odznaki i stopnia, względnie zaświadczenie na legitymacji związkowej. Wolno nosić odznakę tylko najwyższego posiadanego stopnia. Nazwiska odznaczonych i ich przynależność klubowa podawane będą do wiadomości specjalnym komunikatem weryfikacyjnym, zaś nazwiska osób, które w ostatnim sezonie zdobyły odznakę złotą, podane będą w „Informacyjnym Kalendarzu Narciarskim P. Z. N.".

§ 4.) Odznaka ma jedną kategorję i trzy stopnie: bronzowy, srebrny i złoty, przyczem rysunek odznaki wszystkich stopni jest jednakowy. Odznakę nosi się tylko przy ubiorze narciarskim (na lewej piersi), przy ubraniach cywilnych dopuszczona jest minjatura.

(Używanie kolorowych (czerwonych) podkładek sukiennych pod odznakę — zastrzeżone jest dla »przodowników«).

Odznakę zdobywa się według kolejności stopni, których przeskakiwać nie można. Poszczególny stopień zdobyć można tylko raz w roku narciarskim (od 1. grudnia do 15. maja). Zdobywanie odznaki rozpoczyna sie od stopnia bronzowego.

II. Sposób zdobywania odznaki górskiej

§ 5.) Podstawą ubiegania się o odznakę górską są odbywane na nartach w warunkach narciarskich »wycieczki punktowane« i »raidy punktowane«, według listy wycieczek, będącej integralną częścią niniejszego regulaminu. Lista ta może być co roku zmieniana i uzupełniana przez P. Z. N. Wybór wycieczek punktowanych jest dowolny.

O odznakę danego stopnia ubiega się, przedkładając do weryfikacji protokoly wycieczek, zaświadczone i obliczone przez oficjalnych »przodowników« P.Z. N., upoważnionych do tych czynności, przez P. Z. N.

§ 6.) Odznakę danego stopnia zdobywa się, o ile suma punktów wszystkich odbytych i protokolowanych, oraz weryfikowanych w ciągu jednego sezonu wycieczek narciarskich, równa się lub przewyższa normę, która wynosi:

a) dla odznaki bronzowej 100 punktów.

b) dla odznaki srebrnej — (przez posiadaczy odznaki bronzowej) — 150 punktów, lub trzykrone ogółem

powtórzenie (w ciągu kilku sezonów — przerwy dopuszczalne) norm wymaganych dla odznaki bronzowej),

c) dla odznaki złotej przez (posiadaczy odznaki srebrnej) 200 punktów, (lub dla posiadaczy odznaki srebrnej trzykrotne powtórzenie normy odznaki srebrnej (po 150 punktów), względnie dla posiadaczy odznaki bronzowej — przez dziewięciokrotne jej powtórzenie. (Przerwy w ubieganiu dopuszczalne).

Uwaga: O ile w ciągu jednego sezonu, norma nie została osiągnięta, lub powtórzenie nie powiodło się — osiągnięte w danym sezonie punkty nie liczą się.

§ 7.) Konkurencja o odznakę górską odbywać się może podczas wszystkich wycieczek, organizowanych tak przez Towarzystwa, jak i przez ich członków, o ile trasy tych wycieczek są zgodne z trasami wycieczek uwidocznionych na liście wycieczek punktowanych. Wycieczki odbywać się musi na nartach, przyczem dopuszczalne jest jedynie czasowe odpinanie nart w miejscach, gdzie potrzeba odpięcia jest rzeczywiście uzasadniona. Obowiązuje osiągnięcie szczytu względnie przełęczy, lub przejście dokładne trasą wymienioną w liście wycieczek punktowanych.

§ 8.) Do stwierdzenia wszystkich danych, dotyczących odbycia wycieczek przez danego konkurenta, określenia warunków wycieczki oraz warunków poszczególnych konkurentów, powołani są przodownicy P. Z. N., których listę ustala i uzupełnia z grona osób zaufanych P.Z.N., ogłaszając tę listę raz do roku na początku każdego sezonu w komunikacie oficjalnym lub w „Informacyjnym Kalendarzu Narciarskim P. Z. N.".

Przodownicy, umieszczeni na liście, upoważnieni są do protokołowania wycieczek, odbywanych na terenie całych polskich gór, z wyłączeniem wycieczek w Wysokich Tatrach, opatrzonych w spisie znakiem gwiazdki *. Do protokołowania tych wycieczek tatrzańskich uprawnieni są jedynie ci spośród przodowników, przed nazwiskiem których umieszczono w spisie znak gwiazdki *.

Przodownicy odpowiedzialni są za bezwzględną prawdziwość zaświadczeń danych, oraz za sumienną ocenę warunków, jakoteż za prawidłowe obliczanie not wycieczek.

§ 9.) Obecność przodowników jest wymagana w wycieczkach, podczas których większość uczestników ubiega się o odznakę bronzową. Komisja Turystyczna P. Z. N. może jednak w wypadkach zasługujących na uwzględnienie,

uznać zaświadczenie przodownika, który na takiej wycieczce nie był obecny, a który stwierdził fakt odbycia wycieczki, oraz jej warunki.

Przy konkurencjach o wyższe niż bronzowy stopnie odznaki górskiej, obecność przodownika na wycieczce nie jest wymagana, konieczne jest jednak zaświadczenie jego i obliczenie przez niego wykonane.

Powyższe zwolnienie od koniecznej obecności przodownika nie odnosi się do wycieczek w Wysokich Tatrach, oznaczonych *.

Wycieczki odbywane samotnie nie mogą być punktowane w żadnym wypadku.

§ 10.) Tok notowania wycieczek dla poszczególnych uczestników jest następujący:

Każda wycieczka oznaczona jest w liście notą zasadniczą, która jest punktem wyjścia dla oceny danej wycieczki.

Warunki atmosferyczne i śnieżne w dniu odbycia wycieczki, wpływają na zmianę zasadniczej noty, za pomocą określonych przez przodownika t. zw. »współczynników trudności dnia« w następujący sposób:

warunki śnieżne dobre, lub nieco trudniejsze, widzialność dostateczna, temperatura umiarkowana — współczynnik 1,0.

warunki śnieżne trudniejsze, miejscami szreń, widzialność zła, temperatura niska, współczynnik 1,1.

warunki śnieżne trudne, duże partje szreni, silny wiatr, padający śnieg, widzialność zła — współczynnik 1,2;

warunki śnieżne wyjątkowo trudne, duże partje lodu, burza śnieżna, temperatura bardzo niska — współczynnik 1,3.

(Zestawienie powyższe ma znaczenie przykładowe. Przodownik bierze pod uwagę stopień, w jakim warunki zewnętrzne wpływają na utrudnienie wycieczki, stosując współczynnik 1,2 bardzo rzadko, a współczynnik 1,3 w nadzwyczajnych wypadkach).

Nota zasadnicza (według listy) wymnożona przez współczynnik trudności dnia, daje notę podstawową wycieczki w danym dniu.

§ 11) W zależności od wieku, płci i odległości koniecznego przejazdu do gór poszczególnych konkurentów, ustalona wg. § 10 nota wycieczki w danym dniu, ulega dalszemu zróżnicowaniu, przez uwzględnienie współczynnika osobistego każdego uczestnika. Współczynnik ten jest w sezonie 1935/36 następujący:

17—19 lat (ur. 1916—1918) mężczyźni: 1,1; kobiety: 1,3
20—29 lat (ur. 1906—1915) mężczyźni: 1,0; kobiety: 1,1
30—39 lat (ur. 1896—1905) mężczyźni: 1,1; kobiety: 1,3
40—49 lat (ur. 1886—1895) mężczyźni: 1,3; kobiety: 1,5
50 i wyżej (ur. 1885 i dawn.), mężczyźni: 1,5; kobiety: 1,7

Nota wycieczki na dany dzień, wymnożona przez współczynnik osobisty danego uczestnika, daje notę ostateczną. Do noty tej dodać można: **„premję za dojazd"** która wynosi: od 50 do 100 km 5% noty zasadniczej, od 100 do 250 km — 10%, powyżej 250 km 20% noty zasadniczej (w/g listy). (**Uwaga!** premję tę stosuje się tylko w tym wypadku, o ile uczestnik jedynie dla danej wycieczki do gór dojechał. W razie dłuższego pobytu w górach i odbywania w czasie tego pobytu innych wycieczek punktowanych premję stosować można tylko przy pierwszej wycieczce). Przy raidach punktowanych nie dolicza się premji za dojazd, jest ona bowiem wliczona do noty zasadniczej.

§ 12) Szczegółowy protokół wycieczki dla każdej wycieczki z osobna i dla każdego konkurenta z osobna, przedkłada się na formularzu wymaganym przez P. Z. N.

Odpowiednio obliczone i zaświadczone protokoły, winny znaleźć się w P. Z. N., najpóźniej w 18 dni po odbytej wycieczce. Protokoły, które nadejdą po tym terminie nie będą rozpatrywane.

Tok weryfikacyjny obejmuje: gromadzenie protokołów, sprawdzanie, przeprowadzanie skreśleń i potrąceń, dla każdego konkurenta z osobna — w ciągu całego sezonu — oraz w razie osiągnięcia przez niego normy — ogłoszenie nazwiska odznaczonego w komunikacie oficjalnym.

§ 13) W razie stwierdzenia, że w ciągu jednego i tego samego sezonu, dana wycieczka została przez ubiegającego się o odznakę powtórzona, ilość zdobytych punktów przy pierwszej wycieczce nie ulega zmianie, przy drugiej umniejsza się o połowę, dalsze powtórzenia tej samej wycieczki nie będą punktowane.

III. Postanowienia porządkowe

§ 14) Komisja Turystyczna Polskiego Związku Narciarskiego wydaje co rok przed sezonem:

a) listę punktowanych wycieczek
b) listę przodowników P. Z. N.

c) wskazówki dotyczące ubiegania się o odznakę górską, które uzupełniają i interpretują niniejszy regulamin, oraz zawierają wymagania Komisji Turystycznej, odnośnie weryfikacji wycieczek o odznakę górską.

Decyzja Komisji Turystycznej we wszelkich sprawach dotyczących odznaki górskiej jest ostateczną.

§ 15.) Zarząd Główny P. Z. N. nadaje prawo urządzania wycieczek o odznakę górską wszystkim Towarzystwom Związkowym. Prawo to może być cofnięte. Towarzystwo, które wycieczki organizuje niedbale lub nie wypełnia wymaganych formalności, może być ukarane.

§ 16.) Każdy mający zamiar wziąć udział w danej wycieczce winien uiścić wpisowe w wysokości 50 gr. od każdej wycieczki na sporządzenie kartoteki, prowadzenie ewidencji, wydanie komunikatu i czynności związane z weryfikacją Odznaki Górskiej P. Z. N. Wzamian za wpisowe otrzymuje uczestnik t. z. „protokół wycieczki punktowanej", który wypełnia i — otrzymawszy zaświadczenie oraz obliczenie przodownika — przesyła do Komisji Turystycznej P. Z. N. Wyniki danej wycieczki bez „protokołów wycieczek punktowanych", należycie wypełnionych i zaświadczonych, oraz bez opłacenia wpisowego — nie mogą być weryfikowane.

O ile wycieczkę organizuje Towarzystwo, to jest ono odpowiedzialne za zebranie i przesłanie protokołów do P. Z. N.

Wręczenie numerowanej odznaki górskiej wraz z legitymacją, dokonuje się z reguły przez Towarzystwo macierzyste uczestnika. Niestowarzyszeni otrzymują odznaki z sekretarjatu P. Z. N.

§ 17.) Cena odznaki wynosi dla narciarzy stowarzyszonych — odznaka bronzowa i srebrna 2 zł., odznaka złota 3 zł. Niestowarzyszeni płacą za każdy stopień odznaki 3 zł. Odznakę nabyć może tylko uprawniony, na podstawie komunikatu weryfikacyjnego. Przydziału odznak dokonuje P. Z. N. po zweryfikowaniu wyników i wciągnięciu ich do ewidencji.

§ 18.) W każdem środowisku narciarskiem Zarząd Główny P. Z. N. zleca członkom swym baczenie, czy odznaka noszona jest przez uprawnionych. Winni przekroczenia członkowie P. Z. N. zostaną ukarani.

§ 19.) Odznak górskich P. Z. N. nie wolno wymieniać na żadne inne odznaki, ani też pozbywać w jakikolwiek inny sposób, pod rygorem anulowania wyniku uprawniającego do posiadania odznaki.

Przy osiągnięciu wyższego stopnia, dawna odznaka może być zwrócona celem wymiany (za zwrotem kosztów). Zwracana odznaka nie może być zniszczona. O wypadku zgubienia odznaki, należy bezzwłocznie zawiadomić Komisję Turystyczną, która fakt zguby ogłasza w komunikacie oficjalnym. W miejsce odznaki zgubionej może być wydana nowa — po otrzymaniu kosztów odznaki.

Odznaki stare lub zupełnie zniszczone mogą być również wymienione za zwrotem kosztów.

LISTA PUNKTOWANYCH WYCIECZEK

ważnych przy ubieganiu się o odznakę górską P. Z. N.

Skróty: p = podejście, zj = zjazd, d = dowolny.

(Uwaga! Wycieczki **na terenie Tatr** oznaczone w niniejszym spisie **zapomocą** * ze względu na duże niebezpieczeństwo oraz trudności techniczne mogą być odbywane **jedynie przez narciarzy wprawnych** i tylko w dobrych warunkach. Na wycieczce takiej **wymagana jest bezwzględnie obecność przodownika** upoważnionego na Tatry, względnie zawodowego przewodnika narciarskiego P. Z. N. na Tatry. Przepisy odnoszące się do **przewodników zawodowych** znajdują się przy końcu listy przodowników).

A. Wycieczki punktowane

Okolice Wisły	**Punktów:**
1) *Równica* podejście i zjazd dowolny	6
2) *Czantorja* podejście i zjazd dowolny	8
3) *Stożek* podejście i zjazd dowolny.	8
2a i 3a) *Czantorja* i *Stożek* podejście i zjazd dowolny	12
4) *Barania Góra* podejście dowolne, zjazd do Milówki	13
zjazd do Wisły	13

Punktów:

zjazd do Węgierskiej Górki lub Istebnej . . 15
zjazd do Zwardonia. 17
zjazd do Szczyrku 19
5) podejście z Węgierskiej Górki, zjazd dowolny 16
5a) podejście ze Zwardonia zjazd dowolny. . . 18

Tereny bielsko-bialskie

6) *Klimczok* i *Magura* p. i zj. d. 10
podejście dowolne zjazd do Wapienicy lub Jaworza 12
Zjazd do Polany przez Brennę i Ustroń . . . 18
zjazd do Brennej 14
7) *Skrzyczne* p. i zj. d. 10
zjazd do Szczyrku przez Malinowską Skałę, Salmopol 12
zjazd do Węgierskiej Górki 14
przez Malinowską Skałę do Lipowej 14
przez Malinowską Skałę, Magurkę, Ostre . 16
8) *Magurka* podejście i zjazd dowolny. 8
lub zjazd do Czernichowa lub Łodygowic 10
9) *Błatnia* p. i zj. d. 8

Beskidy Raczańskie

10) *Wielka Racza* podejście z Rayczy lub Soli
zjazd do Rayczy 15
zj. do Zwardonia 18
11) podejście ze Zwardonia, zjazd do Rayczy . 17
zj. do Zwardonia 18
12) *Kikula* i *Magura* p. i zj. d. 8
13) *Rachowiec* p. i zj. d. 5
14) *Muńcuł* p. i zj. d. 10
15) Przejście: *Raycza-Muńcuł-Rycerzowa-Przegibek-Rycerka* (lub odwrotnie) 18
15a) Przejście: *Raycza-Muńcuł-Rycerzowa-Mlada Hora-Raycza* 16
16) Przejście: *Raycza-Rycerzowa-Przegibek-Jaworzyna-Mała Racza-Wielka Racza-Zwardoń* (lub odwrotnie) 32

Beskid Mały

17) *Leskowiec* p. i zj. d. 10
17a) Przejście: *Wadowice-Leskowiec-Lachowice* (lub odwr.) 13

Punktów:

18) Przejście: *Wadowice-Madohora-Hucisko* (lub odwr.) 15
19) Przejście: z *Porąbki* lub *Międzybrodzia* przez *Żar-Kocierz* zjazd do *Andrychowa* (lub odwrotnie) 12
20) Przejście: Z *Andrychowa* przez *Kocierz-Potrójną-Madohorę-Leskowiec* ze zjazdem do *Andrychowa*, *Wadowic*, *Skawiec*, *Suchej*, *Lachowic*, *Huciska* (lub odwrotnie) 15
20a) Przejście: Z *Porąbki* lub *Międzybrodzia* przez *Żar-Kiczerę-Kocierz-Potrójną-Leskowiec* zjazd dowolny (lub odwr.) 22
21) Przejście: Z *Białej* przez *Groniczek* do *Porąbki* lub *Międzybrodzia* (lub odwrotnie) . . 8

Grupa Pilska

22) *Lipowska* p. i zj. d. 12
23) *Boracza* i *Sucha Góra* p. i zj. d. 8
23a) *Boracza i Prusów* p. i. zj. d. 8
24) *Pilsko* podejście dowolne i zjazd do Jeleśni . 15
zj. do Węgierskiej Górki, Milówki lub Rayczy 18
zj. przez Romankę (szczyt), do Węgierskiej Górki 22
zj. do Korbielowa lub na Glinne 12
25) *Romanka* p. i zj. d. 13

Pasmo Babiogórskie i okolice Suchej

26) *Babia Góra* podejście dowolne zjazd do Zawoji 17
podejście dowolne zjazd do Jeleśni 21
podejście dowolne zjazd do Huciska 21
27) przez *Policę* do *Osielca* lub *Jordanowa* . . 28
27 a) *Polica* p. d., zjazd do Osielca 15
28) *Magurka* (koło Suchej) p. i zj. d. 8
28 a) *Jałowiec* p. z Suchej przez Magurkę, zjazd do Huciska (lub odwrotnie). 14

Beskid Wyspowy i Gorce

29) *Wielki Luboń* podejście dowolne zjazd do Rabki 10
zj. przez Mały Luboń do Jordanowa 12
30) *Szczebel* p. i zj. d. 10

		Punktów:
31)	*Lubogoszcz* p. i zj. d.	12
32)	*Śnieżnica* p. i zj. d.	12
33)	*Ćwilin* p. i zj. d.	12
34)	*Mogielica* p. i zj. d.	14
35)	Przejście: Z *Rabki*, *Nowego Targu*, lub *Lasku* przez *Turbacz*, *Kiczorę-Jamnę-Runek-Lubań* do *Krościenka* lub (odwrotnie)	30
36)	*Turbacz* podejście dowolne zjazd do Nowego Targu	12
	podejście dowolne zjazd do Rabki	15
36 a)	*Stare Wierchy* p. i zj. d.	8
37)	*Lubań* p. i zj. d.	15

Tereny Szczawnicy, Nowego Sącza i Krynicy

38)	*Dzwonkówka* p. i zj. d.	10
39)	*Prehyba* p. i zj. d.	15
40)	*Radziejowa* p. i zi. d.	17
41)	*Eljaszówka* p. i zj. d.	12
42)	*Niemcowa* p. i zj. d.	12
43)	Przejście: *z Piwnicznej przez Eljaszówkę — Wielki Rogacz-Radziejową* zjazd dowolny (lub odwrotnie).	20
44)	Przejście: *z Piwnicznej lub Rytra przez Niemcową, Wielki Rogacz, Radziejowę, Prehybę, Skałki, Dzwonkówkę do Krościenka* (lub odwrotnie)	25
45)	Przejście: *z Piwnicznej-Eljaszówka-Obidze-Wysokie Skałki-Rabsztyn do Szczawnicy* (lub odwrotnie)	20
46)	*Pisana Hala* p. i zj. d.	12
47)	*Nad Kamieniem* p. i zj. d.	16
48)	*Jaworzyna* p. i zj. d.	15
49)	*Pusta Wielka* p. i zj. d.	14
50)	Przejście: *z Krynicy przez Jaworzynę-Runek-Pustą Wielką do Żegiestowa* (lud odwr.) . . .	18
51)	*Jaworzynka* p. z Krynicy zjazd do Słotwiny (lub odwrotnie)	5
52)	Przejście: *z Krynicy do Tylicza* (lub odwrotnie) *przez Czerteż, lub przez Bradowiec*	4
53)	Przejście: *Krynica-Horyszowski W.-Lackowa-Dzielec-Łan-Czerteż-Krynica* (lub odwrotnie)	17

Punktów:

54) *Zimne* p. z Muszyny lub Powroźnika zj. do Leluchowa (lub odwrotnie) 10

Okolice Grybowa, Gorlic, Krosna

55) Przejście: *Grybów-Zielona-Gorlice* lub odwr. 15
56) Przejście: *Grybów-Ubocz-Kamienna-Sołtys - Jaworzynka-Krynica* (lub odwrotnie) 22
57) *Krosno-Odrzykoń-Królewska Góra-Sucha Góra-Dział-Czarnorzeki-Łysa Góra-Krosno* 12
58) *Cergowa Góra z Iwonicza przez Wuikę, Lubatową*, powrót przez Jasionkę (lub odwr.) . . 10
59) *Hyrowa Góra* p. z Trzciany zj. do Iwli (lub odwrotnie) 8
60) Przejście: *z Ropianki do Posady Jaśliskiej* 12
61) Przejście: *z Posady Jaśliskiej do Rymanowa* . 12

Okolice Łupkowa

62) *Terpiak* p. i zj. d. 5
63) *Wysoki Gron* p. i zj. d. 7
64) *Wysoki Groń* przejście z Łupkowa do Cisny (lub odwr.) 24

Okolice Cisny

65) *Hyrlata* p. i zj. d. 10
66) *Wtasiel* p. i zj. d. 12
67) *Wołosań* p. i zj. d. 12

Okolice Berehów Górnych

68) *Połonina Wetlińska* p. i zj. d. 12
69) *Połonina Caryńska* p. i zj. d. 10
70) Przejście: przez *Połoninę Caryńską-Ustrzyki Górne-Halicz do Sianek lub Sokolik* 30

Okolice Chyrowa i Starego Sambora

71) *Huta* p. i zj. d. 8
71 a) Przejście: *Chyrów-Huta-Kobyla-Spas* (lub odwr.) 15
71 b) Przejście: *z Chyrowa przez Hutę do Biłycza* 15
72) Przejście: *przez Kundiczkę-Kilczyn Horb-Wydiłok-Woronienkę do Zalokcia* (lub odwr.). . . 22

Punktów:

Okolice Rozłucza

72 a) Przejście: *Rozłucz-Rozłucz szczyt-Stary Terkaliwski-Sejówka-Kochanowiec-Rozłucz* 15
73) Przejście: *Rozłucz-Mochnaczka-Sopiwski-Kijowiec-Zakopaniec-Wołosianka-Rozłucz* 12
74) Przejście: *Wołosianka-Isaje-Smólna-Załokieć* . 17
75) Przejście: *Rozłucz-Turka przez Rozłucz* . . . 12
75 a) *Rozłucz szczyt* p. i zj. d. 5

Okolice Turki

76) Przejście: *przez Radycz-Menczul Radycki-Wysoki Wierch do Malmanstalu* (lub odwr.) . . 20
77) Przejście: *Turka-Borynia-Sianki* 15

Przełęcz Użocka

78) *Kińczyk Bukowski* p. i zj. d. 12
79) *Halicz* p. i zj. d. 18
79 a) Przejście: *z Sianek, lub Sokolik przez Halicz do Ustrzyk Górnych lub Stuposian* (względnie odwrotnie) 25
80) *Pikuj* p. i zj. d. 22
80 a) *Pikuj przejście z Sianek do przeł. Tucholskiej (Klimiec)*, lub odwrotnie. 32
81) *Pikuj przejście z Sianek do Ławocznego* (lub odwrotnie) 36
82) *Kińczyk Hnylski* p. i zj. d. 12
83) *Starostyna* p. i zj. d. 15
84) *Ruski Put* p. i zj. d. 17
85) *Opołonek* p. i zj. d.. 7
86) *Magóra* p. z Sianek zj. do Butelki 7
87) *Szczawinka* p. z Sianek zj. do Butelki . . . 5

Okolice Borysławia i Majdanu

88) Przejście: *Mrażnica-Bystra-Załokieć* (lub odwr.) 15
89) *Ciuchowy Dział* p. i zj. d.. 5
90) Przejście: *Ciuchowy Dział-Dział Schodnicki* 10
91) Przejście: *z Malmanstalu przez Widnochę-Paraszkę do Skolego* (lub odwrotnie) 25
92) Przejście: *Malmanstal-Tysowiec-Koziowa-Jaworyszcze-Tuchla* (lub odwr.) 25

Punktów:

93) Przejście: *Malmanstal-Czarna Góra-Perekop-Korostów-Skole* (lub odwr.) 18

Okolice Skolego

94) *Paraszka* p. i zjazd do Skolego 17
94 a) *Paraszka* p. i zjazd do Korostowa, lub Korczyna 15
95) *Zełemin* p. i zjazd do Skolego, Hrebenowa, lub Zełemianki 12
96) *Zełemin* zjazd do Kamionki 15
96 a) *Zełemin i Kodrawiec* p. i zj. d. 18

Okolice Tuchli i Rożanki

97) *Jaworyszcze* p. i zjazd do Koziowej lub Hołowiecka 8
98) *Kindrat* p. i zj. d. 10

Okolice Sławska

99) *Menczul* p. i zj. d. do Sławska 8
99 a) Przejście: *Sławsko-Menczul-Grabowiec Skolski-Putyszcze-Tuchla* (lub odwr.) 15
100) *Trościan* pod. i zjazd do Sławska lub Tarnawki 10
100 a) *Trościan* podejście ze Sławska i zjazd do Hołowiecka, Kalnego lub Ławocznego 12
101) *Zielony Wierch-Ilza-Pliszki* 12
101 a) Przejście: *Sławsko-Ilza-Ławoczne* lub *Wołosianka* (lub odwr.) 15
102) *Wysoki Wierch* p. i zj. d. 13
102 a) *Wysoki Wierch* p. ze Sławska zj. do Wołosianki lub Rożanki 15
103) *Czarna Repa* p. i zj. do Sławska. 18
103 a) *Czarna Repa* zj. do Jelonkowatego 20
103 b) Przejście: *Wysoki Wierch-Czarna Repa-Czarny Wierch-Prz. Wyszkowska* lub odwr. . . . 25

Okolice Ławocznego

104) *Jawornik Wielki* 12
105) *Jawornik Mały* 10
106) Przejście: *Ławoczne-Staneszcze-Berdo-Klimiec* (lub odwr.) 18

Gorgany Zachodnie

107) *Gorgan Wyszkowski* p. i zj. d.	18
107 a) Przejście: *Świca-Gorgan Wyszkowski-Przełęcz Wyszkowska*	20
108) Przejście: *Wyszków-Bahonka-dol. Świcy* . . .	16
109) *Gorgan Ilemski* p. i zj. d.	18
110) Przejście: *z Ludwikówki przez Arszycę do Osmołody* (lub odwr.)	30
111) Przejście: *z Ludwikówki doliną Prawicza i Mszany do Osmołody* (lub odwr.)	18
112) *Sywania przez Ukiernię* p. i zj. d.	20
113) Przejście: *Ukiernia-Sywania-Mołoda-dol. Mołody*	30
114) Przejście: *z dol. Świcy przez Sołotwinkę do dol. Mołody*	20

Gorgany Centralne

115) *Grofa* przez Płyśce	20
115 a) Przejście: *Koń Grofecki-Grofa-Płyśce-Parenki-Popadja* zj. d.	30
116) Przejście: *Jala-Rafajłowa przez Gorgan* .	25
117) *Sywula* p. i zj. d.	22
118) Przejście: *Jala-Sywula-Ruszczyna-Salatruk do Rafajłowej*	25
118 a) Przejście: *Sywula-Bojaryn-Rafajłowa* . . .	30
119) *Ihrowyszcze i Wysoka* p. z Kuźmieńca, Huty lub Jali i zj. tamże	25
119 a) Przejście: *z Jali przez Wysoką-Ihrowyszcze-Sywulę do Rafajłowej* (lub odwr.) . . .	35

Gorgany Wschodnie

Okolica Rafajłowej

120) *Rogozy i Przełęcz Pantyrska* p. i zj. d. . . .	15
121) *Maksymiec* p. i zj. d.	10
122) *Taupiszyrka* p. i zj. d.	12
123) *Durny* p. i zj. d.	23
123 a) *Bratkowska* p. i zj. d.	25
124) *Czarna Klewa* p. i zj. d.	25
125) Przejście: *Przełęcz Pantyrska-Durny-Bratkowska-Czarna Klewa-Douha-Jablonica* lub odwrotnie	35

Punktów:

126) Przejście: *Rafajłowa-Sywula-Taupisz-Pantyr-Rafajłowa* (lub odwr.) 35
127) *Douha* p. i zj. d. 10
128) *Poleński* p. i zj. d. 25

Okolice dol. Prutu

129) *Czarnohorzec* p. i zj. d. 18
130) *Jawornik* p. i zj. d. 20
131) *Chomiak* p. i zj. d 18
132) Przejście: *z dol. Prutu-Chomiak-Syniak-Mały Gorgan do dol. Zielenicy* (lub odwr.) 27

Beskid Huculski

Okolica Mikuliczyna i Worochty

133) *Makowica* (k/Jaremcza) p. i zj. d. 12
134) *Rokieta Wielka* p. i zj. d. 15
135) *Liszniów* p. i zj. d. 15
136) *Worochteński* p. i zj. d. 15
137) Przejście *z Worochty przez Worochteński, Hordie do Kosmacza* (lub odwrotnie) . . . 25
138) Przejście z *Żabiego przez Grahit do Kosmacza* lub odwrotnie 25
139) *Michałków* p. i zj. d. 12

Czarnohora

140) Przejście: *Worochta-Woronienka-Przełęcz Jabłonicka-Worochta* (lub odwr.) 10
141) *Kukul przez Kiczerę* p. i zj. d. 20
142) *Kostrzyca* p. i zj. d. 18
142 a) Przejście *przez Kostrzycę z dol. Prutu do Bystrca lub Żabiego* lub odwrotnie 25

Okolice schroniska na Zaroślaku

143) *Howerla* p. i zj. d. 20
144) *Pożyżewska* p. i zj. d. 14
145) *Turkul* p. i zj. d. 18
146) Przejście: *Howerla-Breskul-Pożyżewska-Dancerz-Turkul-Zaroślak* (lub odwr.) 25
147) *Szpyci* p. i zj. d.. 20
148) *Gutin Tomnatik* p. i zj. d. 22
148 a) *Pop Iwan* p. i zj. d. 25
149) Przejście *grzbietem Czarnohory od prz. Turkulskiej po Popa Iwana do Szybenego* (lub odwr.) 38

Punktów:

Okolice Bystrca i Dzembroni

149 a) Przejście *z Bystrca lub Dzembroni przez Popa Iwana do Szybenego* lub odwrotnie . . 28
150) *Menczul* p. i zj. d. 20
151) *Brebenieskul* p. i zj. d. 22
152) *Smotrycz* p. i zj. d. 22
152 a) Przejście *z Bystrca lub Dzembroni przez Smotrycz-Stajki do Jawornika* lub odwrotnie 28

Góry Czywczyńskie

153) *Stoh* p. i zj. d. 20
154) *Furatyk* i *Ladeskul* p. i zj. d. 22
155) *Czywczyn* p. i zi. d. 28
156) Przejście: *Ruski Dil-Furatyk-Wielka Budyowska-Czywczyn* lub odwrotnie 35
157) *Popadja* p. i zj. d. 28
158) *Hniatiasa* p. i zj. d. 35
159) Przejście: *Czywczyn-Popadja-Łostuń-Komanowa-Hniatiasa-Palenica* lub odwr. 45

Grupa Baby Ludowej

160) *Skupowa* p. i zj. d. 18
161) Przejście *z Żabiego przez Krętą-Ludową, do Szybenego* lub odwrotnie 28
162) Przejście *z Szybenego przez Watanarkę do Hryniawy* lub odwrotnie 15
163) *Baba Ludowa* p. i zj. d. 22
164) Przejście *z Szybenego przez Watanarkę-Babę Ludową-Hostij do Jałowiczory*, lub odwr. . . 40

Tatry i Podhale

Otoczenie Zakopanego

165) *Gubałówka* p. z Zakopanego zjazd do Poronina wzgl. do wylotu dol. Kościeliskiej, lub odwr. 6
166) *Gęsia Szyja* p. i zj. d. 8
166 a) Przejście: *Zakopane-Hala Gąsienicowa-Dubrawiska-Pańszczyca-Rusinowa Polana*, zj. dow. (lub odwr.) 18
167) *Piekiełko* (przełęcz) p. i zj. do Zakopanego . 10
168) *Wrótka* p. i zj. do Zakopanego 12
169) Przejście: *z dol. Małej Łąki przez Miętusią do Kościeliskiej* (lub odwr.) 8

Punktów:

Otoczenie doliny Chochołowskiej

170)	*Bobrowiec* p. i zj. d.	15
*171)	*Rakoń* przez Długi Upłaz zjazd dow.	18
*172)	*Wołowiec* przez Rakoń	25
173)	*Czerwony Wierch nad Jarząbczą* p. i zj. d.	18
174)	*Trzydniowiański* przez Kulawiec	16
*175)	*Kończysta nad Jarząbczą*	22
*176)	*Starorobociański*	27
*176 a)	*Jarząbczy*	27
*176 b)	Przejście: *przez Trzydniowiański, Kończystą, Starorobociański, Siwe Turnie, Siwą przełęcz na Halę Pyszną* (lub odwr.)	30

Otoczenie doliny Kościeliskiej

177)	Przejście z *Dol. Kościeliskiej przez Halę na Stołach-Stoły-Pol. Kominy Dudowe-Hucisko w Dol. Chochołowskiej* (lub odwr.)	18
178)	*Przełęcz Iwaniacka* przejście do doliny Chochołowskiej (lub odwr.)	16
*179)	*Ornak* — przejście od przełęczy Iwaniackiej do Siwej przełęczy, z przejściem z doliny Kościeliskiej do Chochołowskiej (lub odwr.)	22
*180)	*Siwa przełęcz* p. z Hali Pysznej lub dol. Starorobociańskiej zjazd dowolny	17
*180 a)	*Siwa przełęcz* w przejściu do dol. Chochołowskiej (lub odwr.)	20
*181)	*Przełęcz Pyszniańska* p. i zj. na Halę Pyszną	18
*182)	*Kamienista* (szczyt) przez przełęcz Pyszniańską zj. d.	21
183)	*Tomanowa przełęcz* p. i zj. d.	15

Czerwone Wierchy i otoczenie Hali Kondratowej

184)	*Goryczkowa przełęcz* (*Świńska*) p. i zj. do Zakopanego	14
*185)	*Suchy Kondracki* p. i zj. do Zakopanego	16
*186)	*Kopa Kondracka* p. i zj. do Zakopanego	18
*185 a) i 186 a)	*Przełęcz pod Kopą Kondracką* p. i zj. do Zakopanego	12
*187)	*Czerwone Wierchy* — całkowite przejście od Przełęczy pod Kopą Kondracką do dol. Kościeliskiej (lub odwrotnie)	30

Punktów:

Otoczenie Hali Gąsienicowej

188)	*Dojście z Zakopanego na Halę Gąsienicową* .	6
189)	*Kasprowy lub Beskid* p. i zj. d. z Hali Gąsienic.	10
	Kasprowy lub Beskid — p. i zj. do Zakopanego	16
*190)	*Żółta Turnia* p. i zjazd do Zakopanego .	20
*	Żółta Turnia p. i zj. do Hali Gąsienicowej	14
*191)	*Krzyżne* p. i zj. do Hali Gąsienicowej . . .	20
*192)	*Zmarzły staw z Hali Gąsienicowej*	12
*192 a)	*Zawrat* podejście i zjazd do Zakopanego .	26
*	Zawrat przejście z Zakopanego do dol. Pięciu Stawów (lub odwrotnie)	24

Dolina 5 Stawów Polskich

*193)	*Dolina 5 Stawów*, podejście z Roztoki (lub odwr.)	8
*194)	*Zawrat ze schroniska w Pięciu Stawach Polskich*	15
*195)	*Gladka przełęcz ze schroniska w Pięciu Stawach Polskich*, zj. d.	13
*196)	*Gładka przełęcz*, przejście przez dol. Cichą do Dol. Kościeliskiej (lub odwr.)	26
*197)	*Przejście z Dol. 5 Stawów do Morskiego Oka przez Opalone* (lub odwrotnie)	16

Otoczenie Morskiego Oka

197 a)	*Opalone* p. i zj. d.	8
198)	*Czarny Staw nad Morskiem Okiem*	8
199)	*Dolinka za Mnichem*	10
*199 a)	*Szpiglasowa przełęcz* p. i zjazd do M. Oka	18

B. Raidy punktowane

Poniżej podane raidy odbywane mogą być na zasadach identycznych, jak pojedyncze wycieczki punktowane. Osoby biorące udział w raidzie winny przesłać **przy raidzie trwającym 2—3 dni: po dwa protokoły na osobę, 4—5 dni: po 3 protokoły na osobę, 6 dni i więcej: po 4 protokoły na osobę**, względnie wypełnić dokładnie 1 protokół, dołączając należytość za pozostałą liczbę formularzy w/g powyższych norm, względnie formularze czyste.

Obowiązuje: dokładne przejście podanym szlakiem, ilość osób biorących udział: conajmniej dwie, kierunek odbywania raidu dowolny.

(Uwaga: Podane noty zasadnicze raidów obliczone są już łącznie z premją za dojazd).

1) Raidy punktowane w Karpatach Zachodnich.

Punktów:

R. 1) *Ustroń-Równica-Polana-Czantorja-Beskidek-Cieślar-Stożek-Kubalonka-Barania Góra* . . . .
zj. do Milówki 38
zj. do Węgierskiej Górki 40
zj. do Szczyrku przez Malinowską Skałę, Skrzyczne 50
zj. do Zwardonia 45

R. 2) *Barania Góra-Malinowska Skała-Salmopol-Kotaż-Klimczok* zjazd dowolny 30

R. 3) *Barania Góra-Malinowska Skała-Malinów-Jawierzny-Beskidek-Równica* zjazd dow. 25

R. 4) *Leskowiec-Kocierz-Cisownik-Porąbka-Magurka-Biała*, (wzgl. przez Międzybrodzie) 35

R. 5) *Leskowiec-Madohora-Hucisko-Czerniawa Sucha-Mędralowa-Babia Góra*, zjazd przez Zawoję i Magurkę do Suchej 45
zjazd przez Policę do Osielca (Jordanowa) 50

R. 6) Podejście na *Babią Górę-Korbielów (Glinne)-Pilsko*, zj. do Milówki, Rajczy lub Węg. Górki 45

R. 7) Podejście na *Babią Górę-Krowiarki-Jabłonka-Podczerwone-Gubałówka-Zakopane (Poronin)* . 35

R. 8) *Jeleśnia-Korbielów-Pilsko-Lipowska-Boracza-Milówka-Kamesznica-Barania Góra* zj. przez Malinowską Skałę-Skrzyczne do Szczyrku . . . 45
zjazd do Zwardonia. 40

R. 9) Podejście na *Babią Górę-Korbielów-Pilsko-Boracza-Milówka-Kamesznica-Barania Góra*, zjazd do Szczyrku lub Zwardonia 65

R. 10) *Nowy Targ-Turbacz-Słonne-Zaryte-Luboń-Skomielna-Malejowa-Jordanów-Bystra-Sidzina-Zubrzyca-Krowiarki-Babia Góra-Cyl-Korbielów-Pilsko-Milówka-Kamesznica-Barania Góra-Zwardoń* 100

R. 11) *Nowy Targ-Turbacz-Rabka-Luboń-Skomielna-Malejowa-Jordanów* 35

R. 12) *Rabka-Luboń-Szczebel-Lubogoszcz-Śnieżnica-Ćwilin-Mogielica-Jasień-Przysłop-Kudłoń-Mostownica-Turbacz-Rabka* 100

Punktów:

R. 13) *Zakopane - Bukowina - Czarna Góra-Łapsze-Niedzica-Czorsztyn-TrzyKorony-Krościenko-Lubań-Runek-Kiczora-Turbacz-Rabka* 65

R. 14) *Rytro - Wdżary-Prehyba-Dzwonkówka-Krościenko-Lubań-Runek-Kiczora-Turbacz-Rabka* . . . 55

R. 15) *Stary Sącz-Prehyba-Radziejowa-Wielki Rogacz-Eljaszówka - Rytro - Obidze - Wysokie Skałki - Szczawnica - Lubań - Runek -Kiczora - Turbacz-Rabka* 80

R. 16) *Krynica - Jaworzyna - Hala Pisana - Piwniczna-Wielki Rogacz - Radziejowa - Prehyba - Dzwonkówka-Krościenko-Trzy Korony-Czorsztyn-Łapsze-Czarna Gora-Bukowina-Zakopane (Poronin lub Łysa Polana)* 90

R. 16 a) *Stary Sącz-Prehyba-Dzwonkówka-Krościenko-Trzy Korony-Łapsze-Czarna Góra-Bukowina-Zakopane* (Poronin lub Łysa Polana) . . . 70

2) Raidy w Karpatach Wschodnich

Punktów:

R. 17) *Łupków - Wysoki Groń-Maniów-Wiasiel-Smerek-Połonina Wetlińska-Berehy Górne-Połonina Caryńska - Ustrzyki Górne - Halicz - Sianki* (lub odwr.) 70

R. 18) *Sławsko - Czarna Repa - Przełęcz Wyszkowska-Gorgan Wyszkowski - Świca-dol. Mołody - Osmołoda* 60

R. 19) *Rafajłowa - Douha - przełęcz Tatarska - Woronienka-Kukul-Zarośiak* 40

R. 20) *Zaroślak - Howerla - Turkul - Mcnczul-Pohorylec Pop Iwan-Szybene-Watanarka-Ludowa-Skupowa-Kręta-Żabie-Kostrzyca-Worochta* 105

R. 21) *Tuchla - Kindrat - Magóra -Olszanowiec-przełęcz Wyszkowska-Czarna Repa-Sławsko* 50

R. 22) *Rafajłowa - Piekun - Doboszanka - Niżna-Gorgan Syniak-Barania-Chomiak-Jabłonica-Worochta* . 60

R. 23) *Żabie-Synycia-Krasnoila Markowa Kiczera-Jabłonica - Płaik - Hołowy - Zelene - Bystrzec* (lub Dzembronia) 75

WSKAZÓWKI OFICJALNE

dla ubiegających się o odznakę górską oraz wyjaśnienia dla przodowników

wydane przez Komisję Turystyczną P.Z.N. na podstawie 14 §. regulaminu odznaki górskiej.

1) Przodownicy powołani w zasadzie do nadzorowania instytucji odznaki górskiej, powinni równocześnie — przez kontakt z szeroką rzeszą ubiegających się — rozwinąć starania, aby cały ruch rozwijał się w sposób właściwy.

a) Celem uniknięcia możliwych wypadków, winni przodownicy zwrócić baczną uwagę na **sprawność techniczną** narciarzy ubiegających się o odznakę.

b) Narciarzom mniej wprawnym, należy poddawać raczej myśl odbycia większej ilości wycieczek łatwiejszych (przeto niżej punktowanych), aby w ten sposób mogli oni podnieść swą sprawność techniczną. Przodownikom nie wolno zabierać na wycieczki trudniejsze osób, które nie wykazały dostatecznego opanowania techniki jazdy na nartach.

c) Należy poddawać myśl **stopniowania trudności** i należy wpajać przekonanie, że na bardzo trudnych wycieczkach narciarze niewprawni, narażają się nadmiernie, a ponadto nie mogą odpowiednio rozwinąć swych umiejętności.

d) Przy ewentualnych odprawach oraz przy każdej nadarzającej się sposobności, winni przodownicy — poza trudnościami technicznemi — zwracać ubiegającym się uwagę na **niebezpieczeństwa górskie** w zimie i to tak objektywne, jak też wynikające z braku doświadczenia i wyrobienia turystów.

e) Przodownicy winni wpajać przy każdej sposobności, **właściwe zasady turystyczne,** zwracając pilną uwagę na odpowiednie zachowanie się względem towarzyszy, oraz odnoszenie się do gór, według wymogów życia górskiego i wskazań współczesnej ideologji górskiej.

Przodownik winien czuwać by ubiegający się o odznakę osiągnął rzeczywiście podany szczyt, względnie w całości przebył wskazany szlak.

2) Narciarz ubiegający się o odznakę, winien wziąć udział w wycieczce zgodnie z wymogami §§ 7, 8, 9 regu-

laminu odznaki. Z wycieczki takiej należy sporządzić **protokół**, przyczem tok postępowania jest następujący:

a) Ubiegający się zakupuje w kancelarji swego klubu lub w Komisji Turystycznej P.Z.N. (niestowarzyszeni w dowolnym klubie lub w P.Z.N.) **formularz protokołu wycieczki**, z którym udaje się najpóźniej w 8 dni po odbyciu wycieczki do przodownika.

b) Zasadnicza cena formularza protokołu wynosi 50 gr. za **sztukę**, z czego 25 groszy pobiera Polski Związek Narciarski, pozostałe **25 groszy przypadają Towarzystwu**, które za to zobowiązane jest do **terminowego przesłania protokołów** pod adresem Komisji Turystycznej Kraków, ul. J. Piłsudskiego 13).

c) **Przodownik**, którego nazwisko pomieszczone jest na oficjalnej liście przodowników na dany sezon, wypełnia w protokole wszystkie dla przodownika przeznaczone rubryki, analizę trasy, podaje ilość osób, biorących udział w danej wycieczce, datę wycieczki, w osobnej rubryce zaś notuje stan śniegu, temperaturę, wiatr, widzialność, opady, mgły i t. p. Wkońcu podaje przodownik obliczenie punktów wycieczki w porządku następującym: 1) Nota zasadnicza wycieczki lub raidu według listy wycieczek punktowanych, 2) Współczynnik trudności dnia według oceny przodownika, 3) Współczynnik osobisty ubiegającego się, 4) Premja za dojazd, 5) Nota ostateczna.

P r z y k ł a d: Kobieta, lat 34 odbyła wycieczkę na Babią Górę, ze zjazdem przez Policę do Osielca. Warunki dnia były następujące: śnieg świeży, dość uciążliwy, przechodzące lekkie mgły, temperatura ok. —8°. Dla wzięcia udziału w powyższej wycieczce dojechała wspomniana narciarka z Tarnowa do Makowa t. j. 150 km.

Obliczenie:

Nota zasadnicza (wycieczka 27 w/g listy)	28 p.
Współczynnik dnia w/g § 10 regulaminu 1,1	
Współczynnik osobisty w/g § 11 regulaminu 1,3	
Notę zasadniczą mnożymy przez oba współczynniki:	
28 × 1,1 × 1,3	4,0
10% premja za dojazd w/g § 11 regulaminu	2,8
Nota ostateczna ustalona przez przodownika	34,8

(Obliczamy z dokładnością do jednego miejsca dziesiętnego).

W odpowiedniej rubryce należy również podać **ewentualne powtórzenie** wycieczki w tym samym sezonie.

Za powtórzenie wycieczki uważane będzie odbycie po raz drugi tury punktowanej, umieszczonej w liście wycieczek pod tą samą liczbą. Np. powtórne wyjście na Skrzyczne, chociażby odbyte innemi drogami, jest powtórzeniem, ponieważ wszystkie drogi umieszczone są pod tą samą liczbą 7. Natomiast wycieczkę na Wielką Raczę można odbyć bez potrącania połowy punktów po raz drugi, jeśli za pierwszym razem odbędzie się ją według tury podanej pod 10, zaś za drugim razem według tury pod 11, lub naodwrót. Tura zaopatrzona przy liczbie znaczkiem — »a« lub »b« — nie jest turą różną np. odbycie tury 15 będzie uważane za powtórzenie tury 15 a.

Jako powtórzenie należy również uważać odbycie wycieczki na trasie, którą przebyto w innym wypadku jako część trasy raidu punktowanego.

Zwraca się uwagę na **konieczność dokładnego i czytelnego wypełniania protokołów.** Przez podawanie w sposób różny na poszczególnych protokołach: nazwiska, wieku, adresu i t. p. ubiegającego się, może wyniknąć pomyłka, na skutek której ubiegający się o odznakę zostanie pozbawiony zdobytych punktów.

Na jednym protokole może być podana tylko jedna wycieczka punktowana, przyczem **należy podać Nr. wycieczki w/g oficjalnej listy.**

Liczba protokołów, jakie należy wypełniać przy raidach, podana jest przed listą raidów punktowanych.

d) Przodownik winien **stwierdzić wyraźnie,** czy brał udział w danej wycieczce, słowami: **przodownik obecny;** względnie o ile w wycieczce udziału nie brał, zaznaczyć: **przodownik nieobecny.** Następnie ma on zaopatrzyć protokół datą sporządzenia, własnoręcznym czytelnym podpisem i oddać go do kancelarji klubowej, która winna go w przeciągu dni 8 odesłać do PZN, Kraków, J. Piłsudskiego 13. Terminów tych winni tak przodownicy, jak i Kluby przestrzegać w interesie swych członków.

e) Turysta **niezrzeszony** przesyła protokół sam w powyższym terminie.

f) W razie jeżeli **przodownik nie brał sam udziału w wycieczce,** musi to wyraźnie zaznaczyć w protokole, przyczem winien podać ilość ogólną osób, ilość ubiegających się wówczas o odznakę, oraz nazwiska paru przynaj-

mniej osób obecnych — o ile możności sędziów, względnie instruktorów P. Z. N.

g) **Wycieczkę, odbywaną w Tatrach,** a zaopatrzoną na liście **gwiazdką,** może poświadczać **jedynie przodownik upoważniony na Tatry** i tylko jeśli od początku do końca brał w niej udział. Przodownicy, upoważnieni do protokołowania w Wysokich Tatrach, oznaczeni są w oficjalnej liście gwiazdką *, umieszczoną przed nazwiskiem.

3) W wypadku urządzania przez kluby **kilkudniowych raidów narciarskich i zbiorowych wycieczek** w górach polskich, z udziałem oficjalnych przodowników, może P.Z.N. wziąć pod uwagę również **trasy nieumieszczone w spisie wycieczek punktowanych,** przyczem wysokość punktacji danej trasy zastrzega sobie w zupełności **Komisja Turystyczna P. Z. N.**

W tym wypadku jednak **raid musi trwać conajmniej 4 dni** a udział musi w nim brać przez cały czas trwania **nie mniej jak 3 osoby.** Raid musi mieć charakter przejścia dalekobieżnego i nie może się opierać o jeden punkt wyjściowy.

Wycieczka taka musi być zorganizowana przez **Towarzystwo zrzeszone** w P. Z. N. lub przez **dowództwa wojskowe,** względnie **P. W.**

Kierownictwo winno z przebiegu całego raidu sporządzić **dokładny protokół** z podaniem opisu trasy, czasu i jej trwania, uwagami jakie się w czasie raidu nasunęły, spisem dokładnym osób biorących udział.

Osoby, ubiegające się o **odznakę,** winny (jak przy raidach punktowanych) przesłać **przy raidzie** trwającym 4—5 dni po 3 **protokoły na osobę, 6 dni i więcej — 4 protokoły na osobę,** względnie wypełnić 1 protokół, dołączając należytość za pozostałą liczbę formularzy w/g powyższej normy.

Protokół ma być **potwierdzony przez kierownictwo raidu** i o ile możności przez jednego **przodownika dla odznaki górskiej.**

Kierownik raidu (zespołu) , o ile nie jest przodownikiem dla odznaki górskiej, nie może poświadczać odbycia raidu, lub jego części osobom postronnym, które do danego raidu nie należą.

O ile w raidzie nie bierze udziału żaden przodownik dla odznaki górskiej, należy podać **nazwiska biorących udział sędziów, lub instruktorów P. Z. N.**

Na terenie Tatr raidy bez udziału przodownika upoważnionego na Tatry, oraz na trasie niepunktowanej są niedopuszczalne.

4) Komisja Turystyczna w toku weryfikacji może potrącić pewne ilości punktów, przyczem ze względów technicznych podawać może do wiadomości za pomocą komunikatu jedynie potrącenia większe, przenoszące 10 punktów. Powodów potrąceń nie podaje się, są one jednak w większości wypadków, jak wskazuje doświadczenie następujące:

Samotne wycieczki, nieosiągnięcie szczytu, zbyt wielki współczynnik dnia, lub współczynnik osobisty, powtórzenie wycieczki, umieszczenie podpisu przodownika nieupoważnionego na dany teren i t. d.

LISTA PRZODOWNIKÓW upoważnionych do protokołowania Odznaki Górskiej

na terenie całych Karpat (z wyłączeniem wycieczek w Wysokich Tatrach, oznaczonych w liście gwiazdką *)

Przodownicy, przed których nazwiskiem umieszczona została w niniejszym spisie gwiazdka *, upoważnieni są również do protokołowania wycieczek w wysokich Tatrach, oznaczonych gwiazdką *, o ile w wycieczce tej brali udział przez cały czas jej trwania.

W poniższym spisie użyto przy adresach następujących skrótów: B. = Bielsko; K. = Katowice; Kr. = Kraków; L. = Lwów; W. = Warszawa; Z. = Zakopane.

Inż. Abeles Robert (Kr., św. Gertrudy 18), **dr. Ader** Ernest (Kr., Straszewskiego 15), ***Alberti** Adam (Kr., Jabłonowskich 16), ***dr. Anczyc** Władysław (Kr., Pierackiego 14), **por. Antonów** Jan (Kołomyja, 49 p. p.), ***Arczyński** Ferdynand (Kr., Halicka 6), **dr. Bader** Henryk (Kr., pl. Dominikański 2), **Bałamuth** Chaim (Wadowice, pl. Piłsudskiego 2), **sierż. Banach** Józef (N. Sącz, 1 p. s. p.,) ***pułk. Barzykowski** Stanisław (W., Marszałkowska 9), ***inż. Barzykowski** Tadeusz (Mościce, P. Fabr. Zw. Azot.),

***Batko** Zofja (Kr., Batorego 7), **Bednarski** Kazimierz (Kr., Mazowiecka 12), **por. Belina** Rudolf (Sanok, 2 p. s. p.), **Berezowski** Marjan (L., Boczna Stryjska 4/1), **Berglas** Erwin (B., Rynek), **Bergman** Stanisław (Krosno, Staszica), **mjr. Bernacki** Wiktor (Kr., Warszawska 1), **dr. Bialikiewicz** Stanisław (L., Bank Gosp. Kraj.), ***Biały** Jan (Kr., 2 Pułk Lotn.), **Bieberstein** Ludwik (Kr., Rejtana 10), ***inż. Bieńkowski** Antoni (Z., Sanat. Akad.), ***mgr. Biernakiewicz** Tadeusz (Kr., Siemiradzkiego 4), **Bilczewski** Stefan (Kęty, Mickiewicza 471), **Bilczewski** Wiktor (Kęty, Mickiewicza 592), **Blatt** Józef (Kr., B. Joselewicza 3), **inż. Blumenthal** Artur (Kr., Zyblikiewicza 9), ***inż. Bobińska** Jadwiga (W., Mokotowska 39), ***inż. Bobkowski** Aleksander (W., Zamek), ***Bobowicz** Henryk (Starachowice, Zakł. Górn.), ***Bojarski** Stefan (Kr., św. Tomasza 24), ***mgr. Bojcun** Władysław (Poznań, Magistrat), ***dr. Boniecki** Aleksander (Kr., Al. Słowackiego 1), ***mgr. Bośniacki** Zygmunt (Kr., pl. Biskupi 19), **inż. Böhm** Zygmunt (Sól, Zarz. Lasów), ***dr. Braciejowski** Józef (Kr., A. Potockiego 12), ***mgr. Breuer** Stanisław (W., Konopnickiej 6), **Budzyn** Bolesław (Rybnik, Ogródki 6a), ***Bujak** Franciszek (Z., Krupówki), ***Bujak** Ignacy (Z., Dworzec Tatrz.), ***Bukowski** Włodzimierz (Kr., Dwernickiego 2),) **Bury** Stanisław (Zwardoń), **por. Bydliński** Jan (B., 3 psp.), ***por. Chłopik** Tadeusz (Toruń, Lotnisko), ***Chowańczak** Jan (W., Puławska 61), ***Chowańczak** Władysław (W., Krak. Przedm. 15), ***mjr. Chramiec** Andrzej (W., Puławska 4), ***inż. Chramiec** Witold (Maczki), ***Christoff** Otto (Kr., Dunajewskiego 6), ***Chromy** Jan (Kr., Topolowa 13), **por. Ciałowicz** Tadeusz (Sanok, Kolejowa 17), **Ciaputa** Antoni (Kr., Rynek Dębn. 8), **Cienciała** Gustaw (Skawina, Fabryka Francka), ***Ciesielski** Tadeusz (Rafajłowa), ***dr. Cieszyński** Ignacy (B., Fabr. Jankowskiego), ***Cybulski** Jan (Kr., Kochanowskiego 18), ***Cybulski** Jerzy (Kielce, Słowackiego 12), **Cyrek** Władysław (Kr., Emaus 41a), **Czajkowski** Janusz (L., Potockiego 47), **Czajkowski** Wacław (W., Filtrowa 32), **por. Czarnecki** Stefan (W., Senatorska 29), **Czaykowski** Igor (Stanisławów, Zofji Chrzanowskiej 7), ***Czech** Bronisław (Z., Rynek 5), **inż. Czerny** Bogdan (L., Boczna Kętrzyńskiego 10), **kpt. Czerwiński** Franciszek (N. Sącz, 1 p. s. p.), **inż. Czeżowski** Adam (W., Filtrowa 69), **Dagnan** Antoni (Tarnów, Lwowska 199), ***Daniec** Juljan (Klimiec), **Dawid** Stefan (Kr., Dietla 31), **Dąbrowski** Bolesław (L., Na Bajki 28), ***Dą-**

browski Kazimierz (Kr., Krowoderska 8), ***inż. Dąmbski** Alojzy (W., Karłowicza 18), **Dąmbski** Zygmunt (Iwonicz, „Ostoja"), ***Dębski** Józef (Kr., Wielopole 10), **Doniec** Józef (Kr., Słoneczna 21), ***dr. Dorawski** Jan (Kr., Sobieskiego 3), **Dortheimer** Mieczysław (Kr., Potockiego 8), **Drewnowski** Jan (W., Krucza 36), **Dubrawska** Aniela (Kr., Słowackiego 46), ***inż. Dudryk** Maksymiljan (W., Szara 14), **dr. Dybowski** Władysław (W., Centrum Badań Lotn.), **inż. Dyrdoń** Antoni (Mościce, Państw. Fabr. Zw. Azot.), **Ecker** Ludwik (L., Szopena 3), **mgr. Eckhard** Mieczysław (Halicz), **Eder** Jan (Kr., Florjańska 25), **Ehrenreich** Jan (Kr., Sarego 18), ***Ehrlich** Markus (Kr., Bernardyńska 9), ***Faden** Józef (Z., Krupówki 55), ***red. Faecher** Stanisław (Kr., Pędzichów 8), **Feiler** Leopold (B., Jagiellońska 9), **dr. Feiner** Leon (Kr., Zyblikiewicza 19), **Feinstadt** Maks (Biała, Rynek), ***dr. Fink** Henryk (Tarnów, Targowa 3), **Flaster** Leon (B., Kolejowa 18), **por. Florkowski** Aleksander (Ostrów Mazow., Szk. Podch. Piech.), **por. Folwarczny** Roman (Przemyśl, O. K. X), **ppłk. Fonferko** Tadeusz (W., Mianowskiego 15), **Franke** Artur (Częstochowa I, Aleja 14), **Frey** Salomon (Nowy Targ), **Freytag** Jan (Skoczów, Stalmacha 343), ***kpt. Frühauf** Marjan (W., Pogonowskiego 23), **Fryś** Franciszek (Andrychów, Grunwaldzka 51), **inż. Fucik** Wiktor (Żywiec), **Fus** Leon (K., Wojewódzka 30), ***mgr. Füller** Michał (Nowy Targ), **Garbacik** Tadeusz (Jasło, Kasa Oszcz.), **sierż. Gibes** Jacenty (B., 3 p. s. p.), **Gielewski** Kazimierz (Mosina, Czarneckiego 1), **Gintel** Leon (Kr., Długa 48), ***Głodkiewicz** Mieczysław (Kr., Kraszewskiego 34), **Goldberg** Chaskel (Gdynia, Starowiejska 16), ***Goldhuber** Izydor (Z., Zamoyskiego „Marysin"), **dr. Gorski** Ludwik (Gorlice, Gorl. Zakł. Przem.), **Gorzołka** Augustyn (Rybnik, Na Górze 10), **Gotfryd** Stanisław (Jasło, na Młynach), ***dr. Gotkiewicz** Marjan (Kr., Wygoda 11), ***por. Góra** Jan (B., 3 p. s. p.), **inż. Górka** Henryk (Borysław, St. Geol.), **Górny** Stanisław (K., M. Reja 5), **Górski** Lech (W., Trębacka 13), ***Górski** Roman (K., Kościuszki 30), **inż. Grabiński** Zbigniew (W., Narbutta 3), ***inż. Grabowski** Roman (Z., Roztoka), ***Grabowski** Stefan, (Kr., Szewska 16), ***Grabowski** Tadeusz (W., Smolna 20), **ppłk. Grodzicki** Mieczysław (W., Saska 101), ***Grosman** Hugo (Kr., Piłsudskiego 19), ***Grosse** Jan (Kr., Grodzka 60), **Gruczelak** Władysław (Skole, Piłsudskiego 72), **Gruszka** Józef (K., Poniatowskiego 5), **Gruszka** Konrad (K., Poniatow-

DLA SPORTOWCÓW

niezbędne



DRA LUSTRA

KREM ULTRASOL

OLEJEK NEGRITA

skiego 16), **Grzegorczyk** Władysław (Jaworzno, Magistrat), **Güntner** Edward (K., Ks. Bisk. Lisickiego), **Haas** Aleksander (Stanisławów, Sapieżyńska 11), **Hajek** Karol (Skoczów, Stalmacha 110), **inż. Halicki** Mikołaj (Brzeszcze), **dr. Haliński** Władysław (Żywiec), **Hamer** Joachim (Gdynia, Świętojańska 40), ***Hausner** Tadeusz (Kr., P. K. O.), **Heiler** Stanisław (Borysław St. Geol.), ***Heinrich** Antoni (W., Miedziana 1), **dr. Hempel** Stanisław (Mościce, Państw. Fabr. Zw. Azot.), **Herbst** Ignacy (K., Wojewódzka 18), **dr. Hibel** Henryk (L., Sykstuska 27), **ppułk. Hinterhoff** Eugenjusz (W., P. A. T.), **Hlebko** Antoni (W., Sławińska 1), ***Hławiczka** Jan (W., Puławska 24), **mjr. Hofbauer** Zygmunt (Sambor, P. K. U.), ***inż. Horowitz** Dawid (Z., Witkiewicza 18), **Horowitz** Oswald (L., Kościuszki 18), **Huppert** Karol (B., Wałowa 4), **por. Hussakowski** Antoni (Chorzów, Kom. Pow. WF i PW), **inż. Ignatowicz** Kazimierz (Mościce, P. Fabr. Zw. Azot.),***inż. Immerglück** Daniel (B., Pierackiego 40), **inż. Inwald** Tadeusz (Będzin, Kościuszki 54), ***Iwelski** Stefan (Kr., Garbarska 16), ***Jabłoński** Michał (Zakopane), ***Jabrzemski** Leonard (W., Bednarska 10), ***Jabrzemski** Marjan Stanisław (W., Dobra 79), **Jacewicz** Emil (Toruń, Mickiewicza 122), **por. Jadas** Aleksander (W., 1 p. art. najcięż.), **inż. Jakóbczyński** Marjan (L., Magistrat), **Janasz** Jan (Kr., Dwernickiego 2), ***dr. Janicki** Stanisław (Kr., Urzędnicza 40), **kpt. Janicki** Zygmunt (Toruń, 4 p. lotn.), **Janikowska** Janina (Kr., Piłsudskiego 24), **dr. Jaroń** Włodzimierz (Częstochowa, Kościuszki 28), ***Jaroszewski** Wiesław (Tczew, Gimnazjum) **Jasica** Roman (Tarnów, Krasińskiego 5), **Jasiński** Maksymiljan (Chrzanów, Fabr. Lok.), ***inż. Jaworowski** Jerzy (Łuck, Urząd Wojew.), *Lekarz **Jaworski** Władysław (Kr., Żółkiewskiego 3), **por. Jaworski** Zbigniew (Stanisławów, 48 P. P.), ***Jaworzyński** Józef (Kr., Smoleńska 16), **Jendryczek** Sylwester (K., Mikołowska 47), **por. Kaczmarek** Marjan (Przemyśl, 22 P. A. L.), **Kaczyński** Marjan (Krynica, Dom Zdr.), **Kaiser** Józef (L., Kościuszki 5), ***inż. Kaliciński** Eugenjusz (K., Kościuszki 59), **por. Kaliński** Jan (Drohobycz, Grunwaldzka 14) ***pułk. Kaliński** Władysław (Stanisławów, 48 p. p.), **Kałuski** Adam (Borysław, Standard-Nobel), **Kannengiesser** Jakób (Nowy Targ, św. Anny 45), **mgr. Kanner** Rafał (N. Sącz, Jagiellońska 23), ***Kant** Szymon (Kr., Wiślna 10), **Kapiszewski** Włodzimierz (Borysław, Standard-Nobel), ***Kapusta** Włodzimierz (Kr., Jagiellońska 12), ***Kapusta** Zygmunt (Kr., Jagiel-

lońska 12), **Karp** Zbigniew (Kr., Salinarna 16), **por. Kasprzyk** Alfred (W., 1 Pułk Lotn.), por. **Kasprzyk** Artur (K., Jana 14), **mgr. Kaszper** Tadeusz (K., Sienkiewicza 14/7), ***Katz** Tobiasz (Kr., Paulińska 16), ***Kawa** Franciszek (W., Wiejska 3), **Kijaniówna** Janina (Toruń, Okręg. Urząd WF), ***Kipman** Kazimierz (Kr., Piłsudskiego 28), ***Kisieliński** Stefan (K., Krasińskiego 4), **Kiszakiewicz** Edward (L., Kochanowskiego 79), **kpt. Klemens** Rudolf (L., Ochronek 6), ***dr. Klemensiewicz** Zygmunt (L., Nabielaka 55), ***dr. Klimaszewski** Mieczysław (Kr., Fałata 13) **Klimonda** Roman (Zwardoń), ***Kłosiński** Antoni (Kr., 2 Pułk Lotn.), **Knobloch** Apolinary (Kr., Fałata 12c), ***Kobierski** Adam (Bukowina), **Koch** Edward (W., C. I. W. F.), **inż. Kociołek** Leon (Szlachtowa), **dr. Kocur** Adam (K., Atyńska 17), **Kolankowski** Juljan (Przemyśl, Słowackiego 14), **kpt. Kolasiński** Aleksander (Przemyśl, Moniuszki 3), ***inż. Kołder** Władysław (Kr., Szujskiego 11), ***kpt. Konopko** Antoni (Cieszyn, 4 psp.), **inż. Koperkiewicz** Konrad (Sambor, Przemyska), **Kordasiewicz** Józef (Podbuż), ***Kormicki** Stefan (Kr., Al. Słowackiego 66), **Kornblüh** Arnold (Żywiec, Solali), ***dr. Korowicz** Marek K., Wojewódzka 23), **Korzeniowski** Rudolf (K., Wojewódzka 30), ***kpt. Kosiaty** Jan (Cieszyn, 4 p. s. p.), ***Kowalczyk** Józef (Chorzów, Katowicka 28), ***dr. Kowenicki** Stanisław (Kr., Grodzka 14), ***Kozdruń** Mieczysław (K., Moniuszki 10), ***Kozło** Włodzimierz (Kr., Zwierzyniecka 4), **Kozłowski** Stanisław (L., Głęboka 10), **Koždoń** Walter (Cieszyn, Stawowa), **Kożuchowska** Halina (W., Żórawia 12), **dr. Körbel** Stanisław (N. Sącz, Jagiellońska 15), **kpt. Krannerwetter** Alojzy (Rzeszów), **Krimmer** Stanisław (Mraźnica), **inż. Krupiński** Alfred (Żywiec, Dyr. Dóbr), ***Krystek** Juljan (L., Słodowa 3), ***inż. Krystek** Zbigniew (Mościce, P. Fabr. Zw. Azot.), ***Krzeczkowski** Bronisław (W., Rakowiecka 6), **dr. Krzymiński** Józef Bydgoszcz, Gdańska 71), **Kudławiec** Antoni (W., Bracka 18) **Kullmann** Karol (Drohobycz, „Polmin"), **dr. Kunyk** Miron (Przemyśl, Słowackiego 63), ***inż. Kurpiel-Łękawski** Jerzy (Łuck, Niecała 16), ***Kwapiński** Wincenty (Kr., Krowoderska 8), ***por. Kwaśnica** Edward (W., 11 Listopada 15), ***Kwaśnicki** Mieczysław (Bronowice Małe 115), ***Lachman** Odo (Z.), **dr. Landau** Gustaw (Kr., św. Tomasza 29), **Langer** Hirsch (Nowy Targ, Sobieskiego 19), **Lankosz** Kazimierz (Kr., Rynek Główny 45), **pułk. dypl. Lawicz** Wilhelm (Przemyśl, O. K. X), **Lebenbaum** Nu-

chim (W., Złota 54), ***Leisten** Zygmunt (Z., Krupówki), ***inż. Lejczak** Bolesław (Jarosław), ***inż. Lekszycki** Józef (W., Grójecka 104), **Lenkiewicz** Adam (L., św. Zofji 32a), **Lermer** Stanisław (Kr., Bracka 6), **dr. Leser** Karol (Wadowice, 3 Maja 5), ***dr. Leszczycki** Stanisław (Kr., Fałata 13), ***Leszko** Ludwik (Kr., Kochanowskiego 19), ***Lewandowski** Kazimierz (Kr., Grabowskiego 12), **Lewinger** Mieczysław (Witanowice), **pułk. dypl. Lichtarowicz** Ludwik (W., M. S. Wojsk.), ***Liebeskind** Ludwik (Kr., św. Sebastjana 13), **dr. Liebling** Otto (Kr., Rynek Główny 8), **Limanowski** Henryk (Kr., Tatarska 1), ***Lipowczan** Jan (K., Powstańców 50), ***Lipowczan** Ludwik (Skawina, Fabr. Francka), **Lisikiewicz** Jan (Przemyśl, Grunwaldzka 27), ***inż. Litwin** Edward (Kr., Dunajewskiego 1), ***Litwin** Henryk (Kr., Rynek Dębnicki 4), **inż. Lityński** Jan (Jaworzno, „Azot"), ***Loegler** Stanisław (Chrzanów), **Loteczka** Roman (Chrzanów, Ubezp. Społ.), **Lubieniecki** Stanisław (L., Stryjska 1), ***dr. Łaba** Włodzimierz (Kr., Piłsudskiego 24), **por. Łabno** Edward (Sanok, 2 p. s. p.), **inż. Łachecki** Czesław (Mościce, Państw. Fabr. Zw. Azot.), ***Ładziński** Bronisław (Kr., Krowoderska 8), **Łamacz** Józef (Cieszyn, Błogocka 19), **Łopuszański** Władysław (W., Żelazna 18), **Machanek** Herbert (Ustroń 482), **Machauf** Jan (Bielsko), **Mackiewicz** Stefan (L., Wronowska 9), ***dr. Macudziński** Bolesław (Kr., Piłsudskiego 19), **Macura** Stanisław (Dzięgielów), **Madfes** Karol (L., Zygmuntowska 14), **Maga** Emil (Zwardoń 402), **Maga** Stefan (Zwardoń), **Majchrowicz** Zbigniew (Chrzanów, al. Henryka), ***dr. Majewski** Wacław (L., Smolki 3), ***sierż. Makosiński** Mieczysław (Cieszyn 4 psp.), ***mjr. Malik** Karol (Kr., pl. Szczepański 5), ***Mangel** Leon (Z., Krupówki), **Markiewiczowa** Jadwiga (Kazimierz k/Strz.), **Masłyk** Rudolf (Sianki), ***Maszewski** Jan (Kr., pl. Szczepański 5), ***mjr. Matecki** Józef (W., Mickiewicza 18), **Matuszak** Stanisław (Kr., Krowoderska 8), **Matyja** Franciszek (K., Kilińskiego 7), **Matyszkowicz** Józef (K., Żwirki i Wigury 6), ***Maurizio** Marjan (Kr., Garncarska 7), ***dr. Mazurek** Józef (W., CIWF), **mgr. Mączka** Witold (K., Zajączka 13), **Mączyński** Jan (Ustrzyki Dolne), **Mecha** Erwin (Chorzów, Chrobrego 13), ***por. Medwecki** Mieczysław (Kr., 2 Pułk Lotn.), ***dr. Medwecki** Wiktor (Kr., Olszyny 5), **Meilich** Marjan (Nowa Wieś, pow. Katowice), **Meisels** Henryk (L., Czarneckiego 3), ***inż. Mendocha** Roman (Kr., Krowoderska 74), **Merski** Tadeusz

(Krosno, Bursaki 676), ***Merta** Stanisław (Biała, Sukiennicza 12), ***dr. Merunowicz** Jakób (Kr., Sereno Fenna 10), **por. Michowicz** Zdzisław (Stanisławów, 48 p. p.), ***Miecznikowski** Jerzy (Gdańsk, Neugarten 27), ***Mieloch** Mieczysław (Z., Ogrodowa), ***Mierzwa** Bolesław (Kr., Rękawka 31), ***dr. Mikiewicz** Damazy (W., Marszałkowska 9), **mgr. Milata** Władysław (Kr., Grodzka 64), **Miłobędzki** Adam (W., Raszyńska 58), ***inż. Mischke** Kazimierz (Borysław, „Małopolska"), **por. Miśków** Bolesław (Stryj, 13 Pułk Piechoty), **Mizerski** Adam (Jarosław, Poniatowskiego 17), **por. Mizerski** Witold (Kr., Baon M. K. ul. Montelupich), ***Miziewicz** Andrzej (Mościce, Państw. Fabr. Zw. Azot.), **dr. Monne** Mieczysław (Toruń, Król. Jadwigi 1), ***Morsztynkiewicz** Ludwik (W., Falińskiego 8), ***Mucha** Franciszek (Chorzów, Zjednoczenia 4), **Mucharski** Stanisław (W., ul. Korzeniowskiego 5), **Müller** Marceli (Gdynia, Kamienna Góra „Opolanka"), ***ppłk. Nakoniecznikoff** Przemysław (Toruń, 63 p.p.), **Nesselroth** Maks (Wadowice, 3-Maja 8), **Niedenthal** Władysław (W., Wydz. Tur. Min. Kom.), **inż. Niedźwiecki** Tadeusz (W., Okręg 2), ***kpt. Niemiec** Mieczysław (B., 3 psp.), **Nitribitt** Roman (Krynica, Apteka), **mjr. Nowak** Henryk (Tarnów, 16 p.p.), **mgr. Nowakowski** Zbigniew (N. Sącz, Lwowska 2), **kpt. Nowobilski** Albin (B., 3 psp.), **Nowosad** Włodzimierz (L., Pierackiego 26), ***kpt. Ochęduszko** Tadeusz (Sanok 2 psp.), ***Olbrychtowicz** Dionizy (Oświęcim, Gimnazjum), **inż. Oleś** Zbigniew (Limanowa), **Olszewski** Jerzy (Sosnowiec, 3-Maja 8), ***Oppenheim** Józef (Z., Piłsudskiego 70), **inż. Orel** Rudolf (Drohobycz, „Galicja"), ***Osiecki** Stanisław (W., Rudawska 2), **Osuchowski** Aleksander (N. Sącz, Jagiellońska 71), **Pacyna** Tadeusz (Kr., Mazowiecka 2), **Palka** Wincenty (Chrzanów, Pierackiego 564), **Pander** Piotr (Jastrzębie Zdrój), **Pantofliński** Władysław (Żywiec, Gazownia), **inż. Papier** Maurycy (Nowy Targ, Sobieskiego 13), ***por. Pawlik** Bruno (Kr., Żuławskiego 1), ***plut. Pawluszkiewicz** Jan (B., 3 psp.), **mgr. Pawłowski** Tadeusz (Stanisławów, Sapieżyńska 8), ***Pągowski** Bolesław (Kr., Sienna 12), ***Pendrys** Ignacy (Kr., Rynek Dębnicki 4), ***Petrusewicz** Stanisław (Gdańsk-Langfuhr, Adolf Hitlerstr. 25/I), ***inż. Piątkiewicz** Stanisław (Mościce, Państw. Fabr. Zw. Azot.), ***Pieliński** Mieczysław (Z., Dworzec Kol.), **por. Pieniak** Franciszek (Sanok, 2 psp.), ***Pieprzak** Tadeusz (Kr., Zabłocie 25), **ppor. Pierzchała** Marjan (Nowy Sącz,

1 psp.), **mjr. Pietsch** Tadeusz (B., 21 p.a.l.), ***dr. Pisek** Karol (Kr., Krasińskiego 32), **Pisek** Władysław (Kr., Starowiślna 39), **Plewiński** Bogusław (K., Kościuszki 55), **Płonka** Franciszek (Biała, Wenzelisa 24), **Płotek** Henryk (Będzin, Kołłątaja 9), ***Poborski** Stanisław (Kr., pl. Kazimierza Wielkiego 4), **Potok** Henryk (Kr., Morsztynowska 1), ***Potuczek** Bronisław (Kr., pl. Szczepański 5), ***Profit** Franciszek (Kr., Wielopole 26), ***inż. Propst** Juljusz (Kr., Zyblikiewicza 9), **Pruchło** Mikołaj (Czechowice, „Silesia"), **inż. Przetocki** Stanisław (W., Min. Kom.), ***gen. bryg. Prześdziecki** Wacław (B.,) ***inż. Przybyłowski** Władysław (K., Kościuszki 42a), **Puchalski** Roman (L., Nabielaka 49), **Pydych** Jan (Zwardoń), **Raburski** Józef (Zbąszyń, Dw. Kol.), ***Radkiewicz** Stefan (Z., Zamoyskiego „Polesie"), **sierż. Radoń** Władysław (Sanok, 2 psp.), **Radoszewski** Eugenjusz (Chrzanów, Fabr. Lok.), ***inż. Ramza** Tadeusz (Kr., Lubelska 15), **dr. Rapaport** Bernard (L., Romanowicza 11), ***Ratkowski** Sylwester (Grodziec k. Będzina), **mgr. Rieger** Andrzej (K., Kościuszki 6), ***inż. Ritterman** Juljan (Kr., Słowackiego 1), **Rittermann** Leon (Kr., Dietla 3), ***Rittersschild** Zdzisław (Z., Żywczańskie), **Robinsohn** Erwin (B., 3-Maja 1a), ***dr. Robinsohn** Otto (B., 3-Maja 3a), ***Roehr** Jan (K., Zamkowa 3), **inż. Rogala** Tadeusz (L., Krasińskiego 23), **por. Romański** Maciej (Hoszcza), ***dr. Roszek** Jan (L., Zielona 9), **Roth** Witold (Kr., Lubelska 31), **Roth** Władysław (W., Mokotowska 51), ***Rothert** Bolesław (W., Koszykowa 35), ***Rottenberg** Dawid (Kr., Wolnica 2), ***Różański** Zygmunt (Poznań, Słowackiego 32), **Rubinstein** Jakób (L., Ochronek 10), ***inż. Rudnicki** Janusz (W., Karłowicza 11), ***Rudnicki** Stanisław (W., Smolna 36), **ppułk. Rudzki** Adam (W., Elsterska 6), **Rybicki** Stanisław (Mikołów, Gimn. Państw.), **Rybka** Aleksander (Kr., Żmujdzka 5), ***Rydlewski** Marjan (Chełmża, Rynek 6), ***Sabela** Adam (Cieszyn, Hoenheisera 9), **por. Sadowski** Eugenjusz (Kr., Rajska 1), ***mgr. Salpeter** Juljan (Kr., Krowoderska 50), ***inż. Sawicki** Marceli (W., Boduena 3), **mgr. Scharf** Samuel (Żywiec 2), **Schenkelbach** Bertold (Drohobycz, Bednarska 10), **Scherer** Józef (Kr., Starowiślna 81), ***inż. Schiele** Aleksander (W., Aleja Róż 5), ***inż. Schiele** Kazimierz (Z., Kasprusie), ***dr. Schinagel** Raul (Kr., Czarnowiejska 72), **Schmalz** Bolesław (Krosno, Rynek 2), ***dr. Schönowitz** Marjan (K., Wojewódzka 23), **Schreiner** Leopold (N. Sącz, Sekcja Kol. 754), **Schwieger** Józef

(Nowy Targ, Nadwodnia), **Scott** George (L., Dwernickiego 24), ***Siedlecki** Wojciech (W., Marszałkowska 140), **por. Siekierski** Marjan (Stryj, 13 p.p.), **Sielski** Stanisław (W., Filtrowa 70), ***Sieprawski** Aleksander (Zabierzów, St. kol.), **Silbermann** Henryk (Andrychów), ***inż. Sinkowski** Jan (Grodziec k/Będzina), ***Skotnicki** Franciszek (W., Konopnickiej 6), **Skórkiewicz** Piotr (K., Barbary 8), **Skrzypecki** Kazimierz (L., Kadecka 10), **Słoninka** Andrzej (Kr., Grzegórzecka 22), ***Służewski** Stanisław (Z., Żywczańskie), ***inż. Smoluchowski** Wilhelm (Natalin k/Warszawy), **Sobolewski** Leon (Kr., Smoleńsk 1), **Sokołowski** Edmund (Bydgoszcz, Marsz. Focha 30), **Solak** Bolesław (L., Cieplaka 11), **Solak** Jerzy (L., Cieplaka 11), **inż. Sonderling** Adolf (Bielsko), ***ppłk. Sosabowski** Stanisław (W., Hankego 11), **Spernol** Karol (K., Stalmacha 18), ***Spiess** Tadeusz (Kr., Garncarska 3), **dr. Spirer** Józef (Kr., Krupnicza 10), **Sprencel** Walter (Ustroń 35), **Spritzer** Maksymiljan (L., Wałowa 21), **kpt. Stachowiak** Ignacy (Gorlice, Komenda P.W.), **Stafiej** Stanisław (Chorzów, 3-Maja 14), **inż. Stamatello** Henryk (W., Czerniakowska 126), **Stamberger** Adolf (Andrychów), **Stanner** Leopold (Nowy Targ, Ludźmierska 11), **Staszkiewicz** Adam (Żywiec, Kościuszki 318), **Stawowczyk** Jan (Biała 11-Listopada 21), ***Stefański** Adam (Kr., Krowoderska 41), ***kpt. Stefański** Jan (Kr., Koszary Sobieskiego), **inż. Stenzel** Leopold (Bydgoszcz, Weyssenhoffa 1), ***kpt. Stiller** Ernest (B., 3 psp.), **dr. Stonawski** Edward (B., Parkowa 5), **Stotter** Adolf (Nowy Targ, Sobieskiego 19), **Studencki** Kazimierz (Żywiec, Isep), ***kpt. Studziński** Bolesław (W., P.U.W.F. i P.W.), **Sukiennik** Emanuel (K., Andrzeja 8), ***Sykutowski** Franciszek (Kr., Powiśle 2), ***dr. Szatkowski** Henryk (W., Wydz. Tur. Min. Kom.), ***Szczepanik** Kazimierz (K., Słowackiego 26), **inż. Szczepanowski** Stanisław (L., Mochnackiego 23), **Szczepański** Karol (Ustroń), **Szczerkowski** Bolesław (W., Morszyńska 5), **Szeligiewicz** Kazimierz (B., Górne Przedm. 368), **Szotkowski** Emil (Mysłowice, Powstańców 18), **Szotkowski** Władysław (Cieszyn, Sienkiewicza 12), **Szumański** Tadeusz (K., Huta Pokój), **por. Szumowski** Zygmunt (Ostrów Maz., Szk. Podch.), ***kpt. dr. Szydłowski** Zdzisław (Kr., 20 p.p.), ***por. Szymański** Stefan (B., 3 psp.), ***Szymoński** Władysław (Chorzów, Gimnazjalna), **inż. Szyndlar** Sebastjan (Cieszyn, Sienkiewicza 2), **inż. Śledziński** Tadeusz (Mościce), ***Ślizowski** Juljan (Kr.,

Rynek 9), **Ślósarczyk** Józef (Chrzanów, Fabryka Lok.), ***por. Teichen** Henryk (Kr., 5 Baon M.K.), **Tołłoczko** Zdzisław (L., Dwernickiego 28), **Tomalla** Józef (Chorzów, pl. Poniatowskiego 11), **dr. Tomaszek** Stanisław (Stanisławów, 3-Maja 19), **mgr. Towarnicki** Tadeusz (K., Żwirki i Wigury 2), ***Trebert** Henryk (L., Mochnackiego 23), ***Trojanowski** Edward (Monasterzec), ***Trzciński** Ludwik (Kr., Krasińskiego 4), ***Trzeciak** Kazimierz (Kr., Wielopole 24), **inż. Turecki** Witold (Chełmża, Sienkiewicza 4), ***Turnau** Adam (Kr., Piłsudskiego 40), **Tyszka** Juljan (W., Al. 3-Maja 2), **Ullmann** Władysław (Nowy Sącz, 1 psp.), **por. Urbuś** Franciszek (Sanok 2 psp.), ***Ustupski** Jerzy (Kr., Sandomierska 3), ***Wachniewski** Mieczysław (W., Żabia 5), **Wajdeczko** Augustyn (Brzeszcze k/Oświęcima), **Wajdzik** Józef (Biała, Kopernika 644), **por. Waligóra** Władysław (N. Sącz 1 psp.), **por. Wanacki** Bonifacy (Sambor, 6 psp.), ***mjr. Wasilewski** Tadeusz (Kowel, 27 Dyw. Piech.), **Wasung** Aleksander (Kielce, Bank Polski), ***Wawro** Marjan (Z., Krzeptówki), **por. Wawszczak** Ignacy (Toruń, 1 Baon Balon.), **Weinberg** Roman (Częstochowa, Garibaldiego 15), ***inż. Weker** Wacław (W., Słoneczna 50), **inż. Welfeld** Tadeusz (Łódź, 6-Sierpnia 7), **inż. Wereszycki** Tadeusz (W., Czackiego 12), **dr. Werner** Artur (Poznań, Mickiewicza 21), **Wertheimer** Henryk (Kr., św. Gertrudy 23), ***Węglorz** Emil, (Poznań, Małe Garbary 2), **mgr. Wierzyński** Stanisław (W., Traugutta 6), **inż. Wiktor** Bronisław (L., 22-Stycznia 5), ***Wilczek** Tadeusz (Kr., Dębniki, Zamkowa 11), **dr. Wilder** Oskar (Stanisławów, 3-Maja 3), **Wilimowski** Marjan (Jaworzno, „Azot"), **Winer** Syna (Będzin), **Winiarski** Czesław (Szczawnica „Sobieski"), **Wischik** Alfred (Wadowice, Zatorska 1), ***dr. Wisłocki-Mroczek** Ferdynand (Chrzanów, al. Henryka 25), ***Wiśniewski** Józef (Kr., Wygoda 11), ***Wiśniewski** Mieczysław (Kr., Długa 38), **por. Witkowski** Edmund (Przemyśl, 3-Maja 35), **Wohlgesang** Henryk (Kr., Sebastjana 20), **inż. Wojnar** Józef (Borysław, Kościuszki 97), **Wolf** Aleksander (Sianki), **Wolski** Władysław (Grodziec k/Będz.), **Woroniecki** Adam (Szczawnica, Dyrekcja), **mjr. Wrona** Franciszek (Lida, 77 p.p.), ***Wróbel** Tomasz (Biała, Nad Niwką 23), **por. Wrześniowski** Tadeusz (N. Sącz, 1 psp.), **Wrzód** Paweł (K., Strzelecka 7), **Wygnaniec** Franciszek (L., Węgierska 8), **mgr. Wyrobek** Tadeusz (Kr., Sobieskiego 5), ***Wysocki** Tadeusz (Tarnów, Bank Polski), ***dr. Wyżykowski**

Stanisław (W., Ludna 9), **Zając** Jan (Kielce), ***Zajączek** Władysław (Biała, Cyniarska 12), **Zajonz** Wilhelm (K., Wojciechowskiego 24), **Zakliński** Wiktor (Stryj, Konopnickiej), **Załuski** Bogdan (Iwonicz, „Belweder"), ***dr. Załuski** Kazimierz (Kr., pl. Szczepański 5), **Zamowski** Stanisław (W., Okólnik 5), **inż. Zapalski** Mieczysław (Jaworzno), ***kpt. Zaremba** Stanisław (L., Korpus Kadetów), ***gen, Zaruski** Marjusz (W., Krasińskiego 5), ***Zdyb** Stanisław (Z., Bystre „Halka"), **dr. Zeitinger** Ryszard (B., Mickiewicza 39), **Zeitinger** Walter (B., Mickiewicza 36), ***Zemanek** Włodzimierz (Kr., T. Kościuszki 3), **Ziegler** Henryk (N. Sącz, Szwedzka 9), ***pułk. Zieleniewski** Tadeusz (W., Mokotowska 7), ***dr. Zieliński** Adam (W., Konopnickiej 6), **por. Zieliński** Tadeusz (Kr., 20 p.p.), **Ziemnowicz** Kazimierz (Żywiec, Rynek 32), ***pułk. Ziętkiewicz** Władysław (W., Myśliwiecka 3/5), ***Ziętkiewiczowa** Ela (Z., Tatary), ***Zjawiński** Bolesław (W., Nowy Świat 41), **Złotykamień** Henryk (W., Miodowa 9), ***inż. Złowodzki** Mieczysław (K., 11-Listopada 28), ***Zubek** Stanisław (Z., Szkolna), **Zweig** Jakób (Kr., Kalwaryjska 32), ***Zwoliński** Stefan (Z., Krupówki), ***Zylbermann** Leopold (Z., do Białego), **Żarlikowski** Kazimierz (Krynica, „Iwonka"), ***Żyłka** Alojzy (Chorzów, Ks. Gałeckiego 4), ***Żytkowicz** Władysław (W., C.I.W.F.).

* * *

Ponadto współdziałać mogą przy zaświadczaniu wycieczek odbywanych w Tatrach zawodowi przewodnicy — na następujących zasadach:

Komisja Turystyczna P.Z.N. zatwierdziła **następującą listę zawodowych przewodników narciarskich na Tatry** z ważnością na sezon 1935/36:

Byrcyn Gąsienica Stanisław, **Gąsienica** Stanisław, **Krzeptowski** Józef, **Marusarz** Jędrzej, **Roj** Stanisław, **Tomków Gąsienica** Józef, **Wawrytko Krzeptowski** Andrzej, **Wawrytko Krzeptowski** Józef, **Wawrytko Krzeptowski** Wojciech.

Przewodnicy ci nie mają upoważnienia do sporządzania i podpisywania protokołów dla **Odznaki Górskiej,** mogą jednak wystawiać zaświadczenia na wydanych im przez Komisję Turystyczną P. Z. N. blankietach, **iż w ich towarzystwie została wycieczka odbyta.**

Na podstawie takiego zaświadczenia może każdy przodownik upoważniony na Tatry sporządzić protokół dla Odznaki Górskiej, przyczem zaświadczenie zawodowego przewodnika musi być dołączone.

Wszyscy ci zawodowi przewodnicy narciarscy muszą się wykazać **zaświadczeniem Komisji Turystycznej P. Z. N. na dany sezon.**

Ostrzega się iż w ciągu sezonu **lista ta nie będzie powiększana** i jedynie zaświadczenia podpisane przez wyżej wymienionych, mogą przodownicy dla Odznaki Górskiej brać pod uwagę przy sporządzaniu protokołów.

Każdy przewodnik może za prowadzenie na wycieczkę pobierać wynagrodzenie jedynie według normy, jaką będzie miał podaną w książeczce przewodnickiej.

NAGRODY ZESPOŁOWE

Nagroda Wędrowna Pana Ministra Komunikacji

W uznaniu dużego wysiłku organizacyjnego, jaki wkładają poszczególne Towarzystwa w urządzanie wycieczek narciarskich i racjonalne popieranie turystyki, — ofiarował **Pan Minister Komunikacji Inż. Michał Butkiewicz nagrodę wędrowną dla Towarzystwa zrzeszonego, w P. Z. N.,** którego członkowie w konkurencji o **„Odznakę Górską“ zdobędą w okresie 10 lat największą ilość punktów.**

Warunki rozgrywki o powyższą nagrodę ustalone są osobnym statutem, który został ogłoszony w „Informacyjnym Kalendarzu Narciarskim P.Z.N.“ na sezon 1934/35.

Dla pierwszych zwycięskich Towarzystw w każdorocznej punktacji ofiarowuje Komisja Turystyczna P. Z. N. pamiątkowe wielkie plakiety.

Punktacja nagrody Pana Ministra Komunikacji za sezon 1934/35

Liczby w nawiasie obok ilości punktów oznaczają ilość odznak uzyskanych.

1) **SN Szkoły Podchorążych Piechoty,** Ostrów

Mazowiecki 164 (164), 2) Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy, Kraków 148 (150), 3) Przemyskie Towarzystwo Narciarzy, Przemyśl 131 (155), 4) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Warszawa 23 (27), 5) SN ŻKS Makkabi, Kraków 22 (27), 6) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Zakopane 19 (31), 7) Śląski Klub Narciarski, Katowice 19 (21), 8) Towarzystwo Narciarskie, Mościce 19 (22), 9) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Żywiec 17 (19), 10) Towarzystwo Wioślarsko-Narciarskie, Kraków 16 (20), 11) „Skimka", Kraków 12 (23), 12) SN WKS Prosna, Kalisz 12 (12), 13) Warszawski Klub Narciarski, Warszawa 11 (14), 14), SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Biała 11 (12), 15) ŻTTN Makkabi, Bielsko 9 (10), 16) SN Akademickiego Związku Sportowego, Warszawa 8 (10), SN Warszawskiego Klubu Wioślarek, Warszawa 8 (9), 18) SN TG Sokół, Krosno 7 (7), 19) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Lwów 7 (8), SN KS Stadjon, Chorzów 7 (10), SN Oddz. Sport. Tow. Urzędników Miejskich, Kraków 7 (12), 22) SN Akademickiego Związku Sportowego, Kraków 6 (8), SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Drohobycz 6 (11), 24) SN TS Wisła, Szczawnica 5 (5), 25) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Stanisławów 4 (5), 26) SN ŻKS Hagibor, Nowy Targ 4 (4), 27) SN TG Sokół, Brzeszcze 4 (8), 28) SN ŻKS Makkabi, Nowy Targ 4 (4), 29) SN ŻTGS Makkabi Andrychów 4 (6), 30) Bydgoski Klub Narciarski, Bydgoszcz 4 (5), 31) Karpackie Towarzystwo Narciarzy, Lwów 3 (3), SN Watra, Cieszyn 3 (3), SN WKS 3 psp., Bielsko 3 (4), SN Kol. P. W., Kraków 3 (6), Harcerski Klub Narciarski, Warszawa 3 (3), SN TG Sokół, Katowice 3 (3), SN WKS, Kielce 3 (4), SN TG Sokół, Kraków 3 (3), Klub Narciarski Chełmża 3 (3), Rybnicki Klub Narciarski, Rybnik 2 (2), SN Klubu Tennisowego 1924, Lwów 2 (2), SN TG Sokół, Chrzanów 2 (6), SN Polskiego Tow. Krajoznawczego, Warszawa 2 (2), SN KS Krynica, Krynica 2 (2), SN KS Jutrzenka, Kraków 2 (2), SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Skole 2 (2), SN Kol. P. W., Lwów 2 (5), SN Krakowskiego Klubu Tennisowego, Kraków 2 (3), SN Rachowiec, Zwardoń 2 (4), SN KS Cracovia, Kraków 2 (5), SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Skoczów 2 (2), SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, Częstochowa 2 (2), SN Polsk. Touring Klubu, Warszawa 2 (2).

Po trzech latach rozgrywki

(Ogólna punktacja za lata: 1932—1935)

Prowadzi **Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy — Kraków** (248 pkt.), 2) Przemyskie Towarzystwo Narciarzy — Przemyśl (226 pkt.), 3) SN Szkoły Podchorążych Piechoty — Ostrów Mazowiecki (164 pkt.), 4) Skimka — Kraków (50 pkt.), 5) Towarzystwo Narciarskie — Mościce (47 pkt.), 6) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Zakopane (46 pkt.), 7) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Żywiec (45 pkt.), 8) Śląski Klub Narciarski — Katowice (44 pkt.), 9) Towarzystwo Wioślarsko-Narciarskie 32 — Kraków (43 pkt.), 10) Warszawski Klub Narciarski — Warszawa (40 pkt.), 11) SN ŻKS Makkabi — Kraków (35 pkt.), 12) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Warszawa (33 pkt.), 13) Karpackie Towarzystwo Narciarzy — Lwów (28 pkt.), 14) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Biała (28 pkt.), 15) SN AZS — Kraków (26 pkt.), 16) ŻTTN Makkabi — Bielsko (24 pkt.), 17) SN AZS — Warszawa (23 pkt.), 18) SN Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego — Drohobycz (20 pkt.), 19) Rybnicki Klub Narciarski — Rybnik (19 pkt.), 20) SN WKS 3 psp. — Bielsko (17 pkt.), 21) Towarzystwo Narciarskie 2 psp. — Sanok (17 pkt.), 22) SN Krakowskiego Klubu Tenisowego — Kraków (15 pkt.).

SPIS NARCIARZY, KTÓRZY ZDOBYLI ODZNAKĘ GÓRSKĄ ZŁOTĄ W SEZONIE 1934/35

Adelberg Juljan, SN „Makkabi" Warszawa; **Alberti Adam**, TTN Kraków; dr. **Bader Henryk**, TWN Kraków; płk. **Barzykowski Stanisław**, WKN Warszawa; inż. **Barzykowski Tadeusz**, TN Mościce; inż. **Blumenthal Artur**, TWN Kraków; **Bobińska Jadwiga**, WKN Warszawa; **Bolesta Jan**, WKN Warszawa; **Borówna Stefanja**, SN PTT Żywiec; inż. **Böhm Zygmunt**,

SN PTT Żywiec; **Brocnówna Janina,** TKN Kraków;; **Bujak Ignacy,** SN PTT Zakopane; **Bury Stanisław** (sen.), ON „Rachowiec" Zwardoń; **Chmułówna Henryka,** SN PTT Skole; **Chmułówna Zofja,** SN PTT Skole; **Cieślewska Marja,** TTN Kraków; **Dąbrowski Kazimierz,** Skimka Kraków; **Dębski Józef,** TTN Kraków; **Domaniewska Janina,** TN Mościce; **Dubrawska Aniela,** TTN Kraków; **Dudryk Maksymiljan,** WKN Warszawa; **Dudrykowa Marja,** SN PTT Warszawa; **Dylewska Marja,** SN PTT Zakopane; **Filippi Hanna,** TTN Kraków; **Feiler Leopold,** „Makkabi" Bielsko; **por. Florkowski Aleksander,** SN Szkoły Podchorążych Ostrów Maz.; **ppłk. Fonferko Tadeusz,** PTN Przemyśl; **Fonferkowa Jadwiga,** PTN Przemyśl; **inż. Fucik Wiktor,** SN PTT Żywiec; **mgr. Füller Michał,** KS „Podhale" Nowy Targ; **Goldhuber Izydor,** „Makkabi" Zakopane; **Gorzołka Augustyn,** Rybnicki Klub Narciarski, Rybnik; **Górny Stanisław,** HKN Katowice; **Górski Józef,** SN „Stadjon", Chorzów; **Górski Roman,** SKN Katowice; **Grabowski Stefan,** TTN Kraków; **Gruczełak Władysław,** SN PTT Skole; **Hajkowski Józef,** SN „Stadjon" Chorzów; **dr. Haliński Władysław,** SN. PTT Żywiec; **por. Hussakowski Antoni,** Skimka Kraków; **Hüllowa Marja,** TN Mościce; **inż. Ignatowicz Kazimierz,** TN Mościce; **Iwelski Stefan,** TTN Kraków; **Jaworowski Jerzy,** AZS Warszawa; **por. Jaworski Tadeusz,** TTN Kraków; **Jaworzyński Józef,** TTN Kraków; **pułk. dypl. Kaliński Władysław,** SN PTT Stanisławów; **prof. dr. Klemensiewicz Zygmunt,** KTN Lwów; **prof. Kolankowski Juljan,** PTN Przemyśl; **Koperkiewicz Konrad,** 6 psp. Sambor; **Kornblüh Arnold,** SN PTT Żywiec; **Korngold Ferdynand,** TWN Kraków; **Kowalska Alicja,** WKN Warszawa; **Krimmer Stanisław,** SN PTT Drohobycz; **inż. Krystek Zbigniew,** TN Mościce; **Krzeczyński Jan,** TTN Kraków; **inż. Kulig Romuald,** „Wisła" Zakopane; **Kwapiński Wincenty,** Skimka Kraków; **pułk. dypl. Lawicz Wilhelm,** niestow.; **Lelowski Henryk,** „Sokół" Chrzanów; **dr. Libański Józef,** 3 psp. Bielsko; **Liebeskind Ludwik,** KKT Kraków; **inż. Łachecki Czesław,** TN Mościce; **mjr. Malik Karol,** SN PTT Zakopane; **Markiewicz Jadwiga,** TTN Kraków; **Mars Grzegorz,** SN PTT Zakopane; **Maszewski Jan,** TTN Kraków; **mjr. dypl. Matecki Józef,** SN PTT Zakopane; **inż. Meyer Tadeusz,** SKN Katowice; **Mieloch Mieczysław,**

SN PTT Zakopane; **Mizerski Adam**, SN „Ognisko" Jarosław; **Mucha Franciszek**, SN „Stadjon" Chorzów; **Müller Marceli**, SN KT Lwów; **Mysłek Stanisław**, SN PTT Biała; **inż. Niedźwiecki Tadeusz**, SN PTT Warszawa; **Pękalski Stanisław**, TTN Kraków; **mjr. Pietsch Tadeusz**, niestowarzyszony; **dr. Pisek Karol**, TWN Kraków; **Potok Henryk**, TWN Kraków; **Potokowa Erna**, TWN Kraków; **Potuczek Bronisław**, TTN Kraków; **inż. Propst Juljusz**, TWN Kraków; **Pruchło Mikołaj**, SN PTT Biała; **Radoszewski Eugenjusz**, SN „Sokół" Chrzanów; **dr. Robinsohn Otto**, „Makkabi" Bielsko; **Roehr Jan Kanty**, SKN Katowice; **Roehrowa Lidja**, SKN Katowice; **Rothert Bolesław**, SN PTT Warszawa; **Rothertowa Zofja**, SN PTT Warszawa; **Sawicki Stella Jan**, AZS Kraków; **Schätzlowa Aleksandra**, TN Mościce; **inż. Schiele Kazimierz**, SN PTT Zakopane; **kpt. dypl. Semilski Zbigniew**, 3 psp. Bielsko; **Skolicki Edwin**, TTN Kraków; **Skotnicki Franciszek**, TTN Kraków; **płk. Smolarski Władysław**, niestowarz.; **por. Sochacki Jan**, WKS „Prosna" Kalisz; **Spiess Tadeusz**, TWN Kraków; **Staszkiewicz Adam**, SN PTT Żywiec; **Stawowczyk Jan**, SN PTT Biała; **Stefański Adam**, **M.** KPW Kraków; **kpt. Stefański Jan**, KPW Kraków; **Sternberg Henryk**, TTN Kraków; **Straub Rudolf**, niestowarzyszony; **Studencki Kazimierz**, SN PTT Żywiec; **Szymiczkówna Alina**, TN Mościce; **mjr. Szymkiewicz Czesław**, niestowarzyszony; **Szymoński Władysław**, „Stadjon" Chorzów; **Ślósarczyk Józef**, „Sokół" Chrzanów; **Tereszkiewiczowa Helena**, SN PTT Drohobycz; **Trzebicka Zofja**, SKN Katowice; **inż. Trzebicky Hugo**, SKN Katowice; **inż. Tymowska Stanisława**, TN Mościce; **Wasung Aleksander**, KTN Lwów; **inż. Wecker Wacław**, WKN Warszawa; **inż. Welfeld Tadeusz**, SN PTT Lwów; **Wienerówna Lunka**, TWN Kraków; **Wróbel Stanisław**, SN PTT Biała; **Wróbel Tomasz**, SN PTT Biała; **dr. Wyżykowski Stanisław**, WKN Warszawa; **Zajączek Władysław**, SN PTT Biała; **Zapolska Zofja**, Rodzina Wojskowa Warszawa; **Złotykamień Henryk**, „Makkabi" Warszawa; **Złowodzki Mieczysław**, SKN Katowice; **Zuski Włodzimierz**, TTN Kraków; **Zweig Jakób**, TWN Kraków.

STATYSTYKA ODZNAKI GÓRSKIEJ

Ilość odznak przyznanych w poszczególnych sezonach i stopniach

sezon	ogółem odznak	złotych	srebrnych	bronzowych	stowarzyszeni	niestowarzyszeni	mężczyźni	kobiety
1932/33	517	—	—	517	384	13	412	105
1933/34	1098	—	199	899	638	460	912	186
1934/35	1661	127	315	1219	965	696	1410	251
Razem za 3 lata	3280	127	515	2638	1991	1280	2738	542

V. PORADNIK

NARCIARSKI EKWIPUNEK

Dla uprawiania narciarstwa zarówno sportowego jak i turystycznego, nie potrzeba bynajmniej owej wielkiej masy najrozmaitszych przedmiotów, składających się na całość narciarskiego ekwipunku. **Tylko niektóre z tych przedmiotów są stale niezbędne;** inne są konieczne tylko w czasie dalekich i trudnych wypraw; inne są wprawdzie **przydatne,** ale nawet bez ich posiadania można sobie przy pewnej pomysłowości poradzić; inne wreszcie mają zastosowanie nader rzadkie, lub są tylko **produktem przemijającej mody narciarskiej.**

Przemysł narciarski rzuca coroku na rynek bardzo dużo nowości, ale tylko bardzo nieliczne z nich przechodzą próbę życia i okazują się nieodzowne. Dlatego też lepiej **nie ulegać suggestji lub snobizmowi.** Zaopatrywać się trzeba w ekwipunek po rozwadze, nabywać przedmioty **istotnie potrzebne i praktyczne.** Zdobyć się zaś trzeba na możliwie jaknajlepszą jakość, gdyż solidne części ekwipunku kosztują w rezultacie taniej, niż rzeczy tandetne, które niszczą się szybko.

Zestawienie poniższe przechodzi pokrótce najpowszechniejsze składniki sprzętu i osobistego oporządzenia narciarza, z zaznaczeniem stopnia niezbędności każdego ważniejszego przedmiotu. Ma ono służyć **dla orjentacji** przy przedsezonowym przeglądzie ekwipunku i **jako wskazówka** dla początkujących narciarzy przy zakupie sprzętu i oporządzeniu.

Sprzęt

W zakresie sprzętu nieodzownemi dla każdego narciarza są: **para dobrych nart** z odpowiedniemi i prawidłowo zmontowanemi **więżbami**; para **kijków** odpowiedniej długości (do piersi) i mocy, z talerzykami, grotami i pętlami; **smary narciarskie** do podchodzenia i zjazdu; dobry **plecak**, skrojony odpowiednio z nieprzemakalnego materjału i zawieszony na szerokich, podbitych wojłokiem rzemieniach; **nóż składany**, zawierający narzędzia: dłuto, szydło, świder i t. p.; **okulary przeciwodblaskowe; apteczka** kieszonkowa; **smar do butów; manierka; łyżka.** Ponadto dla narciarza, zamierzającego odbywać wyprawy wysokogórskie o charakterze skalnym, nieodzownemi są: **raki** 8-mio lub 10-cio zębne, **czekan, kompas, mapy, latarka elektryczna** z baterją zapasową, **świece i zapałki, maszynka spirytusowa** lub naftowa z metalową **butelką na paliwo.**

Wreszcie w zakresie sprzętu narciarskiego przydać się mogą, choć nie są absolutnie niezbędne: **„foki“** przylepiane lub przypinane; **korek** do rozcierania smarów; **warsztacik** reperacyjny; zapas gwoździ i nitów, rzemieni, blachy, drutu mosiężnego, leukoplastu (ewentualnie dziób aluminjowy), **części więżb, długi, wąski rzemień** (więżba długorzemienna); sztuczne **krawędzie** na nartach; **głowice** na kijkach; zapasowe **talerzyki** do kijków; **aneroid; lornetka; przybory do szycia; przewodnik terenowy; mapnik; saganek lub kociołek; puszki i woreczki** na prowiant, **woreczki na smary; aparat fotograficzny** i materjał fotograficzny; **namiot lub płachta** namiotowa; **koc lub worek** do spania; **mydło specjalne** do usuwania smarów w rąk; **komplet klocków i rzemieni** do rozpinania nart; **szczotka do butów** i t. p.

Oporządzenia narciarskie

Z przedmiotów oporządzenia narciarskiego i osobistego użytku nieodzownemi dla każdego narciarza są: **ubranie specjalne** narciarskie lub odpowiednie **odzienie sportowe; nakrycie głowy** (czapka lub beret lub kapelusz); jeden grubszy lub dwa cieńsze **swetry;** dobra **wiatrówka** z nieprzewiewnego materjału, szczelnie zapinana; specjalne **buty narciarskie; skarpety i pończochy** wełniane (ponadto



zapasowe); **rękawice** narciarskie, ciepłe i brezentowe pokrowce lub rękawice kombinowane z podszyciem (ponadto zapas); **szal; bielizna** osobista (dzienna i nocna, chustki do nosa, ręcznik); **przybory toaletowe; portfel i portmonetka; legitymacja narciarska; Kalendarz Narciarski PZN; zegarek; agrafki; guziki; ołówek;** zapas **sznurowadeł** do butów i t. p.

Ponadto przydać się mogą, choć nie są bezwzględnie potrzebne: **spodnie wiatrówkowe** (dla dalszych wypraw); **przybory do szycia; nożyczki; kosmetyki** (krem); **grzebień; lusterko; dowód osobisty; szkła zapasowe** (dla osób, noszących szkła); **pantofle; podręcznik jazdy** na nartych; **przybory do palenia** i zapas i t. p.

Przedmioty wyżej wyliczone zaspokoić mogą naogół przeciętne potrzeby narciarza. Na rynku znajduje się ponadto mnóstwo innych, częściowo bardzo pożytecznych części narciarskiego ekwipunku. Wymienić tu należy jako praktyczne: **torebkę boczną, noszoną na pasku** (na małe wycieczki); **palnik** do rozprowadzania smarów lub **żelazko do prasowania** smarów; **„metę“** do kuchenki lub żelazka; małe **raczki** pod narty; **sprężyny lub gumy** ze sprzączkami (przy przesuniętej wprzód więźbie); **kamaszki,** ochraniające buty; uniwersalne **młotki z narzędziami** itp.

Narciarz ekwipujący się winien pamiętać, że nadmiernem obciążeniem popsuć może sobie urok uprawianego sportu. **Być dobrze zaopatrzonym — nie znaczy bynajmniej być nadmiernie obciążonym,** ani też naodwrót. Prostota i konieczność pomysłowości stanowią duży urok zimowych wędrówek górskich. Trzeba zatem ekwipować się rozważnie, brać ze sobą rzeczy niezbędne, trwałe i mające **wielostronne zastosowanie.** Nie można też lekkomyślnie pomijać przedmiotów, których brak może być bardzo dotkliwy, a nawet przynieść szkodę zdrowiu czy zagrożenie życiu.

JAK WYBRAĆ NARTY

Zamieszczone poniżej informacje dotyczące sprzętu narciarskiego, przeznaczone są w głównej mierze **dla początkujących narciarzy,** obeznanych już jednak choćby powierzchownie z tem zagadnieniem. Dokładna znajomość i biegłość w ocenie jakości sprzętu narciarskiego wymaga **znacznego doświadczenia** i orjentacji we wielu szczegółach.

Pamiętać trzeba przedewszystkiem, że dobry, odpowiednio dobrany i należycie przystosowany do użytku sprzęt, daje w dużym stopniu **rękojmię prawidłowego uprawiania narciarstwa** pod względem technicznym i bezpieczeństwa dla ćwiczącego. Początkujący narciarz uczyni dobrze, gdy przy nabyciu sprzętu oprze się na **radach doświadczonego narciarza** i gdy unikał będzie wielu, w początkowym okresie szkolenia nieprzydatnych „nowinek" tzw. narciarskiej mody.

Nowoczesne narty znajdujące się na rynku, pochodzące z odpowiedzialnych i cieszących się zaufaniem wytwórni, nadają się w pełni do przeciętnego użytku ze strony szerokiego ogółu. Wybór więc ograniczyć można do zbadania **jakości materjału,** z którego narty są sporządzone, **prawidłowości ich konstrukcji,** oraz **przydatności** dla danego narciarza. Dopiero narciarze wyższej klasy technicznej i specjalizujący się, mogą przy wyborze nart brać pod uwagę bardziej finezyjne szczegóły.

Typ narty

Dla polskich terenów narciarskich dobrze nadaje się zarówno dla celów szkolenia, jak i turystyki **przeciętna płoza typu telemarkowego,** z długością zastosowaną do wzrostu, wagi, siły narciarzy (częściowo także do terenu w którym przeważnie będzie on jeździł) z szerokościami: w zgięciu dzioba o około 9 cm, w środku (pod więżbą) około 7 cm, u tyłu około 8 cm.

Jestto tzw. **„narta turystyczna"**, wygodna ze względu na nieprzesadzoną długość i dość pokaźną szerokość, przy zapewnionem „prowadzeniu" w śladzie. Takich właśnie nart, nie hołdując snobizmowi, powinien używać każdy narciarz dla przeciętnego zastosowania, wiedząc, że do celów specjalnych służą osobne: **„narty zjazdowe", „narty**

slalomowe", „narty biegowe", „narty skokowe", „narty letnie", „narty taternickie" itp.

Przeciętne wymagania stawiane dobrej narcie turystycznej są następujące: 1) prawidłowa **forma**, 2) poprawna **symetrja** w osiach i płaszczyznach (narta nie skrzywiona tzw. „rzucona"), 3) wystarczająca (dość znaczna) **sprężystość dzioba**, 4) **sztywność tyłu** (od wiązby aż do tylu narty), 5) umiarkowana **strzałka ugięcia** pod wiązbą, 6) dobra **jakość drzewa**, 7) umiarkowany **ciężar**, 8) dokładnie w osi przebiegający **rowek** na ślizgu narty. Bez znaczenia są zewnętrzne **ozdoby i farbowanie**, jednakże narty ciemno „zapuszczane" są godne zalecenia. W profilowaniu płozy rozróżniamy typy: **płaski, wypukły i żłobiony.**

Drzewo płozy

W drzewie narty najważniejszemi cechami są: **moc, twardość, elastyczność, zwartość, poprawny przebieg słojów, brak większych sęków i suchość materjału.** Miarodajny także przy badaniu drzewa jest **ciężar nart**, gdyż narty zbyt lekkie mogą być przesuszone (sztucznie), a zatem porowate, zbyt ciężkie zaś mogą mieć nadmiar wody.

Dotychczasowy zwyczaj oceniania wartości nart jedynie na podstawie oględzin **przebiegu słojów** jest niewystarczający. O ile słoje nie przebiegają rażąco źle i nie osłabiają narty, oraz nie zapowiadają tworzenia się tak zwanych **„zadziorów"** — znaczenie ich jest raczej drugorzędne, podobnie jak obecność zupełnie **drobnych sęczków.** (Opis różnych kombinacyj przebiegu słojów nazywanych np. „gładkiemi", „lustrzanemi", „przeciwnemi", „poprzecznemi", „skośnemi" itp. został tu pominięty ze względu na znaczne spopularyzowanie tego tematu wśród szerokiego ogółu).

Przy wyborze nart brać trzeba pod uwagę **walory obu nart danej pary** zdając sobie zresztą sprawę, że znalezienie nart tak zwanych idealnych jest bardzo trudne. Nacisk położyć należy na moc drzewa, jego odporność na namakanie, twardość, elastyczność i zwartość.

Narty wyrabiane są najczęściej z **jesionu, hickory i brzozy,** rzadziej z buku, akacji, gruszy itp. Najpowszechniejszemi są narty **jesionowe** i w zasadzie w tym właśnie gatunku drzewa znaleźć można sprzęt znakomity. Pamiętać

jednak trzeba, że spowodu dużego zapotrzebowania sprzętu narciarskiego w całym świecie, przeważa obecnie jesion **szybko i sztucznie suszony,** co obniżać może wartość nart z tego materjału sporządzonych.

Narty sporządzone z **hickory** mają stanowczą **przewagę zalet,** wadą natomiast jest **większy ciężar,** nart, a rolę odgrywa poważna **cena** takiego sprzętu. **Brzoza** zaleca się lekkością, służy doskonale w gładkich, zmrożonych śniegach, w ciężkim natomiast terenie i w zmiennych warunkach atmosferycznych, występują **ujemne strony** nart brzozowych jak: ich kruchość, łatwość namakania itp. Inne gatunki drzewa używanego do nart, nie mają większego znaczenia w powszechniejszem zastosowaniu.

Należy przestrzec przed wyborem nart tzw. tandetnych. Człowiek powierza nartom nie tylko możność czerpania wielkiej radości ze wspaniałego sportu, ale także zdrowie, a częstokroć nawet i życie własne. Błędne także jest przekonanie, że do szkolenia wystarczy sprzęt ladajaki. Zapominać nie można, że tylko **poprawna konstrukcja sprzętu ułatwia opanowanie techniki jazdy na nartach.** Dobry narciarz nie łamie nart zbyt często, gdyż wybiera dobry sprzęt i umie jeździć. Nadmierna zaś ilość łamanych obecnie nart, wynika z krótkowzrocznego zadawalania się tanim sprzętem (trzeba go zato wielokrotnie kupować ponownie) oraz z niedostatecznego szkolenia.

Długość nart

Obok oceny drzewa nart, równie ważną rzeczą jest **wybranie rozmiarów, przystosowanych do wagi, wzrostu, siły narciarza, opanowanej przez niego techniki, a częściowo i do terenu, w którym przeważnie mają służyć.** Nie należy skazywać się na trudności i niewygody spowodowane nietrafnym wyborem zbyt długich lub zbyt krótkich nart.

Pamiętać trzeba, że **zbyt krótkie narty,** ułatwiają wprawdzie niektóre skręty (zwłaszcza na stromem zboczu), łatwiej niemi oporować i zjeżdżać łukami z oporu, łatwiej wykonywać zwroty przy podchodzeniu na stromiźnie, są także lżejsze — ale zato: pewność zjazdu jest ograniczona, zwalczanie nierówności terenu utrudnione (upadek częstszy), szybkość zjazdu daleko mniejsza, a w kopnym śniegu — prawie zupełnie zahamowana.

Z drugiej strony, **zbyt długie narty** mają wprawdzie

pewne zalety, ale nie są pozbawione ważnych stron ujemnych. Na długich nartach „stoi się“ pewniej, jazda jest spokojniejsza (gdyż łatwo jest zwalczać nierówności terenu), zjazd jest bardzo szybki, „prowadzenie“ prostego śladu ułatwione, a stosowanie techniki skocznej (przeskoki, obskoki, lądowanie itp.) odbywa się w dobrych warunkach, wreszcie „wyciąganie“ skrętów w wielkiem tempie, jest dzięki „pewności stania“ bardziej skuteczne i stylowe. Jednakże długie narty, przy zwrotach podczas podchodzenia, stwarzają trudności zwłaszcza dla nowicjusza; nie łatwo jest niemi oporować i zjeżdżać łukami z oporu, a skręty w cięższym śniegu wymagają dużo siły i sprawności.

Trzeba zatem **zdawać sobie dobrze sprawę zarówno z zalet, jak i wad krótkich i długich nart** nim wybierze się sprzęt zastosowany do indywidualnych warunków.

Najpowszechniej używanym sposobem mierzenia długości nart, stosownych dla danego narciarza, jest **postawienie ich wzdłuż ciała i wyciągnięcie ramienia wgórę.** Narty winny w takiem ustawieniu sięgać **do przegubu dłoni.** Waga narciarza, jego siła, sprawność techniczna itp. usprawiedliwiają pewne poprawki wgórę lub wdół od takiego wyniku. Początkujący narciarz dobrze uczyni, gdy zdecyduje się na narty **nieznacznie krótsze, niż to wypada z rachunku** (łatwiej wtedy nauczy się jeździć). Podobnie uczynić winien człowiek starszy, nie zamierzający brawurować szybkością w jeździe na nartach. Także turysta zamierzający odbywać poważniejsze wycieczki w terenie stromym, będzie miał z nieco krótszych nart duży pożytek. W każdym jednak razie przy redukowaniu długości nart należy postępować ostrożnie, aby **nie przekroczyć dopuszczalnej granicy.**

Szczegóły konstrukcyjne

Przy zakupnie nart w składzie, nie należy ulegać namowom sprzedającego, chyba, że jest on doświadczonym narciarzem. Wybrane pod względem jakości narty, **trzeba przebadać wzrokowo,** zwłaszcza w skrócie perspektywicznym ze wszystkich stron, gdyż w ten sposób najłatwiej spostrzec można, **czy narta nie jest skrzywiona.** Dodatkowo zbadać można konstrukcję narty **sznurkiem** wyciągniętym wzdłuż powierzchni ślizgowej i **linijkami** ustawianemi wpoprzek. Dobre wyniki daje próba, przy której kładzie się nartę **na równy, długi stół.** Przez przy-

ciskanie płozy do powierzchni stołu stwierdzić można, **czy narta nie jest spaczona** („zwichrowana") i czy **strzałka ugięcia** pod więżbą jest właściwa. Ponadto zbadać trzeba naginaniem drzewa, zarówno **sztywność tyłu jak i elastyczność dzioba.** Cechy te winny być **równomierne u obu nart danej pary.** Przy badaniu elastyczności dzioba należy stwierdzić, czy nie wynika ona z nadmiernej **cienkości drzewa** u nasady dzioba (w najszerszem miejscu narty). Zwrócić trzeba baczną uwagę na **prawidłową linję dzioba,** który nie może być zadarty nagle, ani zbyt mało odchylony.

Montaż więżby

Na większości produkowanych obecnie nart znajdują się fabrycznie wyrobione tzw. **„stopki"**, przeznaczone na umieszczenie więżby wraz z podkładką. **Ścisły wybór miejsca na zmontowanie więżby,** a przedewszystkiem określenie punktu zaczepienia więżb o osie szczęk, podlega ustalonym normom. Miejsce to znajduje się **w pobliżu punktu ciężkości narty** tak, że deska swobodnie zrównoważona (zawieszona w szczękach) unosi się dziobem nieznacznie od poziomu wgórę.

Przeciętny **sposób kontrolny** przy określaniu punktu dla montażu szczęk, polega na podzieleniu długości nart przez 2 i odjęciu 10% od połowy. Różnica okaże nam **ilość centymetrów mierzonych od tyłu nart do punktu montażu szczęk** (np.: narta mierzy 205 cm: 2 = 102.5 cm — 10% = 90.2 cm; czyli, że od tyłu narty odmierzyć trzeba 90.2 cm i w tem miejscu wypada teoretycznie montaż szczęk).

Dla pewnych jednakże celów **przesuwa się szczęki znacznie bardziej wprzód, niż to wypada z rachunku** (od 1 do 3 cm). Sposób ten stosowany przez niektórych zjazdowców wymaga używania **sprężyn,** gdyż tyły nart przy przeskokach i ewolucjach nadmiernie opadają wdół. Sposób ten jednak dla początkujących lub mniej wprawnych narciarzy nie jest godny zalecenia.

Montaż więżb, a przedewszystkiem osadzenie szczęk muszą być bardzo **staranne i dokładne.** O ile nie posiada się wprawy, najlepiej oddać montaż do wykonania **fachowcowi.** Pamiętać trzeba, że dobra i dobrze osadzona więżba jest ważnym warunkiem opanowania techniki narciarskiej.

Przy wyborze typu więżb trzeba wziąć pod uwagę, że zasadniczo niema typu doskonałego, gdyż **więżbom sta-**

wia się różnorodne, nieraz wzajemnie wykluczające się wymagania. Wymaga się od nich dużej siły, jaknajmniejszego ciężaru, łatwości zapinania na bucie, trwałego uchwytu nogi, łatwości w automatycznem odczepianiu w upadku, trwałości w rozstawie szczęk, możności przesuwania szczęk itp. Naogół jednak nowoczesne typy więżb — pomiędzy innemi **także fabrykaty polskie** — nadają się w pełni do użytku. Wybór jest tylko kwestją zapatrywań, przyczem początkujący może zasięgnąć rady bardziej doświadczonego narciarza.

Sztuczne krawędzie

Ochrona krawędzi nart zapomocą tzw. „kantów" najrozmaitszego typu, wykonywanych z różnorodnych materjałów, jest wynalazkiem ostatnich lat i we współczesnej technice jazdy na nartach znajduje poważne uzasadnienie. Początkujący jednak lub mniej wprawny narciarz uczyni dobrze, gdy zaopatrzenie swych nart w kanty odłoży **do czasu wyższego opanowania techniki jazdy na nartach.** Jakkolwiek bowiem narty, opatrzone kantami, mają duże zalety, to jednak jazda na twardych i trwale ostrych krawędziach wymaga umiejętności.

Przy wyborze kantów na krawędzie nart brać trzeba pod uwagę: 1) **ostrość kantu,** 2) **trwałość jego zamontowania na narcie,** 3) **wpływ na elastyczność nart, zwłaszcza u dziobów,** 4) **możliwie niewielkie podniesienie ciężaru nart,** 5) **możliwość naprawek w terenie na wypadek, gdy część kantu oderwie się od całości.**

Montaż kantów musi być bardzo staranny. **Nie mogą one wystawać poza powierzchnię nart, nie mogą niszczyć drzewa, nie powinny go usztywniać,** a przymocowanie kantów do nart winno być takie, **aby woda, śnieg lub lód nie miały dostępu pomiędzy drzewo a materjał kantu.**

O impregnowaniu i smarowaniu nart, tudzież o letniem i zimowem ich przechowaniu, wreszcie o obchodzeniu się z nartami podczas uprawiania narciarstwa — zamieszczony jest w „Kalendarzu" **osobny rozdział.**

Narty są najcenniejszym sprzętem narciarza. Troskliwość, jaką darzy on swój sprzęt, sposób utrzymywania nart w porządku, umiejętność ich naprawek, znawstwo w użyciu i t. p. świadczą w wysokim stopniu o **kwalifikacjach zarówno sportowych, jak i moralnych każdego narciarza.**

OBCHODZENIE SIĘ Z NARTAMI

Narty wymagają troskliwego i umiejętnego obchodzenia się z niemi. Staranność około sprzętu wynagradzana jest później doskonałą jazdą bez przeszkód i **zwiększoną odpornością desek na złamanie.** Prawdziwe jest powiedzenie: **„poznać narciarza po sposobie, w jaki obchodzi się ze swym sprzętem".**

Pamiętać trzeba, że **narty** nietylko w czasie uprawiania narciarstwa, ale **niemal stale wystawione są na szkodliwe wpływy zewnętrzne.** Podczas jazdy w terenie wywierany jest na nie **nacisk,** nieraz bardzo wielki, zwłaszcza przy gwałtownych skrętach i przeskokach. **Powierzchnie ślizgowe nart** uszkadzają się **na kamieniach, krzakach i szreni.** Nart używa się w zimie **przy bardzo niskiej temperaturze,** oraz na wiosnę, gdy śnieg przesiąknięty jest **wodą.** Narty zostawia się nieraz **w narciarniach schroniskowych, gdzie przemarzają,** oraz wozi się je **w przegrzanych nadmiernie wagonach kolejowych** przez wiele godzin.

Trzeba zatem zapewnić nartom **możliwe zabezpieczenie przed działaniem tych szkodliwych wpływów zewnętrznych.** Trzeba usuwać ciągle drobne uszkodzenia, jakim narty stale podlegają i trzeba utrzymywać ciągle **jaknajwiększą odporność drzewa,** aby nie nasiąkało ono wodą, która w każdej postaci niszczy narciarską deskę.

Przedewszystkiem więc muszą być **narty impregnowane** i to odpowiednim **terem drzewnym.** Zabiegu tego dokonać może każdy narciarz, przyczem wykonać go powinien kilka razy w sezonie, zarówno zimowym, jak też podczas lata. Sposób impregnowania nart podany jest w osobnym rozdziale. Na tem miejscu zaznacza się jedynie, że **używać należy wyłącznie teru drzewnego,** co na podstawie doświadczenia stosowane jest przez Skandynawów od wielu setek lat. Natomiast impregnowanie nart **gorącym olejem lnianym** ma uzasadnienie tylko w lecie, gdyż olej ten potrzebuje bardzo długiego czasu, nim wsiąknie należycie i zespoli się z drzewem. Narty impregnowane olejem lnianym są **„tępe"** i mimo usilnego smarowania podlepiają śnieg.

Za zasadę należy przyjąć, że **nart niezaimpregno-**

wanych lub też zbyt dawno impregnowanych nie powinno się wogóle używać.

Narty, znajdujące się w użytku, winny być po każdej wycieczce dokładnie oglądnięte, czy nie uległy jakim najdrobniejszym choćby uszkodzeniom. **Pęknięcia i rysy** lub choćby usunięcie farby na powierzchni należy naprawić, gdyż za wszelką cenę **trzeba zapobiegnąć wciskaniu się wody do wnętrza drzewa.** Woda bowiem, marznąc, **rozsadza pory drzewne** i w krótkim czasie narta traci odporność, a nawet staje się nie do użycia.

Narciarz winien szanować swoje deski. Unikać trzeba jazdy na partjach, pozbawionych śniegu, gdyż **kamienie niszczą najbardziej** powierzchnie ślizgowe. W partjach, gdzie śniegu jest niewiele, a zwłaszcza w kamienistych ścieżkach śródleśnych, ubogich w śnieg, lepiej jest narty odpiąć i przejść piechotą.

Po ukończeniu wycieczki pierwszym obowiązkiem będzie **narty dobrze obetrzeć i wysuszyć,** a uwagę zwrócić muszą ci narciarze, którzy mają więżbę z t. zw. „rzemieniem przeciągowym", przechodzącym przez środek drzewa płozy. Miejsce to należy szczególnie troskliwie osuszyć, gdyż woda ma tu naturalną drogę do wsiąknięcia w drzewo.

Prócz powierzchni ślizgowej, która stale musi znajdować się w nienagannym stanie, trzeba zwrócić uwagę na **grzbiet narty.** Rysy i uszkodzenia naprawiają doświadczeni narciarze **lakierem, używanym do pokrywania łodzi sportowych** (bootslack), gdyż lakier ten jest doskonałą ochroną drzewa przeciw wodzie. W czasie wycieczki nieźle jest nacierać grzbiet narty **parafiną,** gdyż zapobiega to osiadaniu śniegu na powierzchni.

Do poważnych uszkodzeń, którym podlegają narty, należą przedewszystkiem ich **zmiany konstrukcyjne,** to znaczy „zwichrowanie" drzewa lub strata sprężystości. Objawy te trzeba stale obserwować i usuwać przez **odpowiednie napinanie.** Gdy narty spoczywają w domu, winny być **stale napięte,** przyczem uważać należy, aby klocka rozpinającego nie dać **zawysoko** (powinien być umieszczony o dłoń za więżbą ku tyłowi), ani też rzemieni u nasady dzioba i u tyłu nie zapiąć **nisko,** względnie za wysoko. Przy bardzo dotkliwych zmianach konstrukcji nart poradzić sobie można częściowo ich **specjalnem prasowaniem lub przesadzonem napinaniem,** a gdy to nie pomaga, najlepiej oddać **płozę fachowcowi do naprawy,** która w niejednym wypadku jest trudna.

Gdy narty opatrzone są t. zw. **kantami**, czyli sztucznemi krawędziami, a zwłaszcza stalowemi, to wtedy należy kanty te pokrywać stale **tłuszczem, zapobiegającym tworzeniu się rdzy.** Śruby rozluźnione należy natychmiast dokręcić, a gdy to nie pomaga, zaklinować otwór twardem drzewem i wkręcić nową śrubę. Części kantów, które odpadły, należy **natychmiast uzupełnić**, przyczem nie powinno się robić nowych otworków dla śrub, gdyż osłabia to deskę.

Nieuzasadniony jest zwyczaj stawiania nart podczas postoju w schronisku lub nawet w domu, na tyłach. Narty powinny być oparte **dziobami o podłogę**, gdyż w ten sposób nietylko łatwiej spływa woda i nie zbiera się w tyle narty, ale sama narta pod wpływem nieznacznego ciężaru własnego utrzymuje łatwiej wygięcie dzioba oraz sprężystość.

Narty używane dłużej (przez kilka sezonów) mogą być **ponownie wygładzone** na powierzchni ślizgowej zapomocą ściągnięcia specjalnym przyborem stolarskim. Nie należy jednak operacji tej powtarzać **zbyt często**, ani pozwalać na to, aby przy zabiegu tym usuwano **zbyt wielką ilość drzewa.** Przy ściąganiu nart zwracać uwagę trzeba na to, aby cięcie odbywało się **zgodnie z przebiegiem słoi drzewnych** tak, aby na powierzchni nie tworzyły się zadziory.

Dzisiejsza **technika stolarska** w zakresie naprawek sprzętu narciarskiego stoi tak wysoko, że **każde niemal złamanie** płozy z wyjątkiem może złamania pod więźbą, **może być naprawione** w sposób odpowiedni. Dlatego też nie powinno się naprawiać nart domowym sposobem, a zwłaszcza zbijać odłamanych części zapomocą pierścienia blaszanego, gdyż narta taka jest niepewna, w miejscu tem łatwo próchnieje, nie wspominając, że występuje różnica wagi. Przy użyciu nierozpuszczających się w śniegu i wodzie klejów **można dziś naprawić większość złamań w sposób nienaganny.**

Opieka nad sprzętem narciarskim nie ogranicza się wyłącznie do okresu zimowego, lecz **trwać winna przez cały rok**, przyczem troskliwe **przechowanie nart w lecie** jest koniecznością. Po zakończeniu sezonu zimowego wypada **oczyścić deski z resztek smarów** zapomocą terpentyny lub benzyny. Uszkodzenia należy usunąć, **rzemienne części więźb**, a zwłaszcza rzemień przeciągowy wyjąć, **metalowe części szczęk i kantów natłuścić**, grzbiety

nart oczyścić i pokryć lakierem, a następnie **spiąć odpowiednio** zapomocą klocków, słupków rozpierających i rzemieni.

Dobrze zaopatrzone narty należy **odpowiednio przechować**. Nie należy ich trzymać na strychu, zwłaszcza pod blaszanym, rozgrzewającym się na słońcu dachem, ani też w wilgotnej piwnicy. Podobnie też na przechowanie nart nie nadaje się łazienka, gdyż para wodna niszczy drzewo w płozach. Narty ustawić trzeba w **ubikacji, mającej równomierną temperaturę, dość znaczny przewiew i niezbyt silne nasłonecznienie.** Wypada też w lecie kilka razy oglądnąć, jak narty się przechowują, a wcześnie, **przed sezonem jesiennym, przystąpić do ich przygotowania i zaimpregnowania,** przyczem to ostatnie powtórzyć trzeba kilkakrotnie przed właściwym sezonem.

SMARY NARCIARSKIE

Racjonalne smarowanie nart, będące jednym z najdonioślejszych czynników dogodnego uprawiania narciarstwa, wymaga **trafnego wyboru smarów** i prawidłowej **techniki** ich rozmieszczania na nartach. Smary **oszczędzają drzewo nart, wzmagają jego odporność, ułatwiają podchodzenie, zapewniają szybki i równy zjazd,** oraz powiększają posuwistość narciarskiego kroku w terenie płaskim.

Impregnowanie nart

Wstępnym warunkiem jest stałe używanie nart dobrze i stosunkowo często **impregnowanych terem drzewnym.** Narty których nie poddano zabiegowi impregnacyjnemu wogóle, lub też nie odnowiono ich impregnacji stosownie do potrzeby, **powinny być wyłączone z użytku.** Przygotowanie zatem nart zapomocą impregnowania drzewa, jest zadaniem, które musi być wykonane **zarówno przed sezonem narciarskim, jak też kilkakrotnie w czasie jego trwania.**

Głównym celem impregnowania nart jest **uodpornienie drzewa.** Następuje ono przez zastąpienie stosownym terem

drzewnym tych soków, które zostały usunięte przez pospieszne suszenie i naparzanie drzewa w okresie fabrykacji płóz. Zwłaszcza obecnie, gdy zapotrzebowanie nart jest bardzo duże, gdy wytwórnie używają do wyrobu nart sporo materjału niesuszonego drogą naturalnego procesu, lecz opracowywanego mechanicznie — **impregnowanie nart jest nader potrzebne.** Liczyć się bowiem trzeba obecnie z tem, że nawet dobrze skonstruowany i poprawnie przedstawiający się sprzęt narciarski może być łatwo łamliwy, szybko zcierać się, namakać itp. **Ujemne te strony można usunąć, względnie ograniczyć przez impregnację.**

Impregnowania nart dokonuje się w następujący sposób:

Na czyste zupełnie i suche ślizgi nart — po uprzedniem ich lekkiem ogrzaniu —nakłada się pędzlem lub metalową łopatką odpowiednią ilość **teru drzewnego,** który w postaci różnych gotowych preparatów jest do nabycia w handlu przyborów narciarskich. (Poniechać należy impregnowania nart gorącym olejem lnianym, o czem była już mowa w osobnym ustępie). O ile narty są zupełnie nowe to należy kawałkiem szkła usunąć ostrożnie **warstwę tzw. „bajcu“,** uważając aby nie uszkodzić drzewa. Ter drzewny nałożyć trzeba **na całe powierzchnie ślizgowe,** rozmieszczając go możliwie najbardziej **równomierną warstwą.**

Przy pomocy płomienia **dmuchawki** (lampy benzynowej lub spirytusowej, działającej pod ciśnieniem), roztapia się i rozprowadza ter w tęn sposób, aby drzewo zostało **równomiernie nasycone.** Płomień ten ułatwia wtłaczanie względnie **wgrzewanie teru wgłąb drzewa.** O ile nie posiada się lampy dmuchawkowej, można posłużyć się płomieniem paleniska kuchenki gazowej lub nawet zwykłym ogniskiem.

Nagrzewanie teru przeprowadzać należy **ostrożnie, aby nie opalić i nie zwęglić drzewa** na powierzchni ślizgowej nart. Należy więc **przesuwać ustawicznie płomień z miejsca na miejsce** podczas wykonywania zabiegu. Nadmiar teru topionego i spływającego w czasie nagrzewania usuwa się szmatką, jednakże nie należy tego czynić zbyt pochopnie. Trzeba **odczekać do momentu w którym roztopiona masa teru zaczyna dymić i kształtować się we wrzące bańki.**

Po zakończeniu całego zabiegu należy **usunąć resztki teru** z boków nart, przeczyścić powierzchnie ślizgowe kawałkiem szmatki i ochłodzić narty przez postawienie ich

w zimnem, pozbawionem kurzu miejscu. Jeżeli w następnych dniach powtórzy się zabiegi impregnowania i uzyska wreszcie **cienką równomierną powłokę zespolonego z drzewem teru na powierzchni ślizgowej,** wtedy narty są istotnie dobrze przygotowane i nadają się do użytku przy prawidłowem stosowaniu smarów.

Smary krajowe i zagraniczne

Od dłuższego już czasu **zaleca się używanie smarów wytwarzanych w kraju.** Zalecanie to ma na celu nie tylko konieczną obronę interesów rozwijającej się produkcji smarów krajowych, ale także ma **rzeczowe uzasadnienie.** Należy bowiem podkreślić, że warunki atmosferyczne, śnieżne, tudzież rzeźba terenów narciarskich w Polsce, różnią się od warunków innych krajów a zwłaszcza tych, które uchodzą za przodujące w dziedzinie produkcji smarów.

Smary zagraniczne (w zasadzie doskonałe), nadają się **przedewszystkiem dla warunków tych krajów, dla których zostały zrobione.** Stosowanie ich więc np. w Polsce, nie we wszystkich wypadkach daje pożądane wyniki. Dodać trzeba, że duża ilość zagranicznych smarów **utrudnia trafny ich wybór,** zwłaszcza dla szerokiej rzeszy początkujących narciarzy. **Trafny zaś wybór smarów jest kardynalnym warunkiem skuteczności smarowania.**

Zapominać nie można, że zalety smarów zależą w wysokim stopniu od ich **świeżości,** która przy produkcie importowanym, dłuższy czas leżącym na składzie, może być wątpliwa. Przy smarach krajowych ma się w tym względzie pewność daleko większą. Wreszcie **różnica cen** smarów krajowych i zagranicznych odgrywa poważną rolę. Jakość zaś smarów krajowych jest bardzo wysoka, **a smary wytwarzane w Polsce zasługują w pełni na zaufanie** ze strony szerokiego ogółu. Poparcie udzielane tej produkcji zmierza do tego, aby mogła się ona stale udoskonalać i doprowadzić do stworzenia wyborowych produktów.

Ogólną tendencją przy rozpatrywaniu kwestji smarów winno być **jaknajwiększe uproszczenie kwestji smarowania.** Tylko zawodnicy wyższej klasy startujący zagranicą w odmiennych warunkach (nie pokrywających się z krajowemi) mogą stosować prócz krajowych także i zagraniczne smary. Natomiast dla przeciętnych celów turystycz-

nych, sportowych i komunikacji na nartach — **smary krajowe powinny pokryć całe zapotrzebowanie.**

Trafny wybór smarów

Trafny wybór smarów jest warunkiem ich skuteczności. Wybór ten następuje **w zależności od stwierdzonych względnie oczekiwanych warunków** śnieżnych, atmosferycznych, konfiguracji terenu i długotrwałości marszu narciarskiego lub biegu. Aby trafnie wybierać potrzebne smary, trzeba **wiele doświadczenia i wnikliwej obserwacji.** Instrukcje zawarte na opakowaniach smarów są tylko orjentacyjne i nie można ich traktować bezkrytycznie. Trzeba analizować dokładnie **wszystkie czynniki** wyboru i na podstawie tej analizy wyciągnąć odpowiednie wnioski.

Często spotykanym błędem przy wyborze smarów jest ten, że bierze się pod uwagę **ogólne warunki** śnieżne i atmosferyczne, pomijając **warunki szczegółowe,** istniejące **na trasie podejścia czy zjazdu.** Łatwo zdarzyć się może, że na zboczach leży wszędzie przeciętnie dobry puszysty śnieg, podczas, gdy na trasie podejścia, zwłaszcza na ścieżkach śródleśnych tor jest już ubity przez przejście wielu narciarzy, którzy podążyli uprzednio tym szlakiem. Jakkolwiek przeto należałoby na podstawie ogólnej oceny warunków wybrać smar nadający się na śnieg puszysty, to jednak w danym wypadku lepiej będzie zastosować smar przydatny np. na szreń. (Przykład powyższy nie wyczerpuje wszystkich możliwości, wskazuje jednak na sposób podobnej analizy, którą należy w każdym konkretnym wypadku przeprowadzać przy wyborze smarów).

Przy wyborze smarów należy stale pamiętać, że **śnieg wykazuje bardzo wiele istotnych różnic.** Dla laika są one bez znaczenia, dla narciarza jednak, mającego smarować narty, urastają one do rzędu najważniejszych elementów trafnego wyboru smarów. Oprócz tego badać trzeba **warunki atmosferyczne,** tak istniejące na dole, jak i spodziewane w górze, oraz wiele innych czynników. Wszystko to wymaga **doświadczenia, które należy gromadzić latami.** Nie można pominąć żadnej sposobności, aby wzbogacić swą wiedzę w tym zakresie. Narciarze, którzy nie zwracają uwagi na te sprawy — nawet po kilkunastu latach

ożywionej działalności turystycznej lub sportowej — robią ciągle kardynalne błędy przy smarowaniu.

W ramach krótkich wskazówek nie sposób podać wszystkich czynników, jakie należy brać pod uwagę przy wyborze smarów. Liczyć się trzeba z tem, że **warunki śnieżne w górach, w rozmaitych partjach przewidzianej trasy podchodzenia i zjazdu, są różne.** Na dolinach może być np. puszysty śnieg, inaczej jednak ukształtują się warunki śnieżne w górze, inaczej wyglądać będzie powłoka śnieżna na północnych zboczach, inaczej na naświetlonych, inaczej na grani i t. p. Także i **temperatura** inną może być na dolinach, a inną w górze i to nieraz wbrew przeciętnym spodziewaniom.

Rodzaje smarów

Smary dzieli się ogólnie na t. zw. **smary zjazdowe,** wzmagające poślizg narty, i **smary podejściowe,** które obok właściwości podlepiania śniegu w czasie marszu pod górę, nie są pozbawione zalet ułatwiających zjazd. Smarów tych używa się **w sposób kombinowany,** stosując t. zw. **podkład** ze smarów zjazdowych i nakładając odpowiednie **smary podejściowe.**

Smarów zjazdowych używa się w zasadzie przy wszystkich rodzajach śniegów, przedewszystkiem zaś przy tych, które z natury rzeczy nie są śliskie, jak np. świeży, wilgotny śnieg, t. zw. „papka" i t. p. Ponadto używa się ich zawsze wtedy, **gdy pragnie się przyśpieszyć zjazd.** Wreszcie smarów zjazdowych używać mogą narciarze, stosujący t. zw. **„foki" do podchodzenia.** Foki, przypinane lub przylepiane na specjalnym smarze, są doskonałym środkiem do podchodzenia i oddają ogromne usługi przy dalekich wycieczkach z równomiernemi długiemi podejściami. W tym wypadku **upraszczają one w sposób znakomity kwestję smarowania.** Natomiast w zmiennym terenie **narciarz, umiejący dobrze smarować, będzie miał przewagę.**

Smary podejściowe znajdują się obecnie na rynku **w olbrzymiej ilości** mniej lub więcej dobrych gatunków. Przeciętny narciarz jednak dobrze uczyni, gdy z nadmiaru tego wybierze na stałe używanie **kilka tylko gatunków,** których skala pozwoli mu na opanowanie wszystkich potrzeb. Ustawiczne bowiem przerzucanie się z jednego smaru na drugi, poszukiwanie coraz to lepszych gatunków —

niejednokrotnie pod wpływem reklamy — **prowadzi w rezultacie do błędnego smarowania.**

Wszyscy narciarze dążyć winni do uproszczenia zawiłej — bądź co bądź — kwestji smarowania. Zwłaszcza szeroki ogół narciarzy, nie uprawiający sportu wyścigowego najwyższej klasy, nie powinien komplikować zagadnienia smarów więcej, niż ono na to zasługuje. Jedynie zawodnik narciarski w biegu, zjeździe i skoku, dla którego najdrobniejsza ilość straconego czasu przy podejściu lub zjeździe, przedstawia wielkie znaczenie, może poszukiwać bardziej finezyjnych sposobów smarowania, jakkolwiek i tu **działanie „na pewne"** jest nieodzowne.

Technika smarowania

Przyjęło się **kilka ogólnych prawideł,** mających praktyczne znaczenie w technice smarowania. Przedewszystkiem trzeba zgóry zadecydować — w zależności od wyników badania warunków — **jakich smarów i w jakiej kolejności użyje się** i stosownie do tego ułożyć sobie **tok postępowania.** Zapomnieć nie można o tem, że **rowek narty i cały dziób** od t. zw. noska do nasady muszą być zawsze (w każdym wypadku) **wysmarowane smarem zjazdowym. Powierzchnie ślizgowe nart** muszą być przed smarowaniem **zupełnie suche i czyste.** Pozostałe resztki smarów trzeba **usunąć** zapomocą płomienia, dmuchawki (lampy benzynowej) lub terpentyny czy benzyny, oraz zetrzeć szmatką. Czyszczenie nart **zapomocą noża narciarskiego nie jest wskazane,** gdyż niszczy się drzewo i nie czyści ślizgu należycie. Jedynie tylko w nadzwyczajnym wypadku (w terenie) można się uciec do tego sposobu.

Na narty dobrze zaimpregnowane można — w zasadzie — odrazu położyć i odpowiednio rozetrzeć smar podejściowy, pamiętając o zaopatrzeniu dziobu i rowka smarem zjazdowym. Naogół jednak **smaruje się narty dwukrotnie,** a to raz na t. zw. **podkład,** drugi raz — po stwardnieniu podkładu przez jego oziębienie — **smarem właściwym,** skutecznym zarówno przy podchodzeniu jak i zjeździe, względnie kombinacją kilku smarów.

Smar **podejściowy nigdy nie powinien być prasowany żelazkiem, a tem mniej nagrzewany płomieniem.** Smar podejściowy rozciera się korkiem, a **jeszcze lepiej dłonią,** bacząc, aby smar nie „grudził się" a natomiast układał się równomiernie.

Smary podejściowe **średniej twardości** trzymają zawsze lepiej **na podkładzie zjazdowym.** Natomiast **smarów ciekłych,** jak „klister" i „skare" **nie powinno się nigdy kłaść na smarze zjazdowym,** lecz wprost na zaimpregnowaną deskę. Ciekłe te smary można przed użyciem **nieco ogrzać** i położyć na ogrzane narty, przyczem rozetrzeć je trzeba **korkiem lub dłonią.** Po stopniowem ochłodzeniu, narty wysmarowane smarami podejściowemi, powinny być wystawione **w chłodne miejsce pozbawione wiatru. W żadnym wypadku nie można ich kłaść odrazu na śniegu.**

Smary podejściowe średniej twardości można kłaść **grudkami lub poprzecznemi rysami** względnie zygzakami, ale tylko w tym wypadku, gdy przewiduje się **długie podejścia.** Przy zjeździe bowiem należy smary takie rozetrzeć dłonią, co w zależności od temperatury nieraz natrafia na trudności. Przy nakładaniu **smarów ciekłych,** jak „skare" lub „klister", trzeba mieć na uwadze, że rozmieszczanie tych smarów w grudkach **powoduje lodzenie.** Dlatego też lepiej jest smary ciekłe **rozprowadzać odrazu deseczką lub metalową łopatką** możliwie równomiernie, a potem rozsmarować.

Gdy w zależności od warunków śnieżnych używa się **kilku gatunków smarów,** to należy czynić to z dużą ostrożnością. Można smarować tył lub przód narty rozmaitemi smarami, można też smarować inaczej lewą lub prawą stronę ślizgu, ale w każdym razie należy robić to **ostrożnie i kombinować prawidłowo.**

Wskazówki praktyczne

W każdym wypadku **należy mieć ze sobą parafinę** (najlepiej w kieszeni), gdyż kilku pociągnięciami można „tępe" narty uczynić bardziej śliskiemi. Równocześnie jednak trzeba mieć pod ręką **smar silnie podejściowy,** aby w wypadku, gdy narty są zbyt śliskie, kilku poprzecznemi nałożeniami tego smaru podnieść przyczepność ślizgów i ułatwić sobie podchodzenie.

Podczas pochodu trzeba przed każdem podejściem uczynić **kilka kroków przybijających,** aby wzmóc podlepianie śniegu do smarów. Przed każdym natomiast zjazdem trzeba **przeczyścić powierzchnie ślizgowe nart** kilku posuwistemi krokami. Czyszczenie nart przez usta-

wienie ich na krzyż i przecieranie o grzbiet świadczy, że narty nie są dobrze wysmarowane.

Przeciętne zastosowanie ma reguła, że **smar podejściowy nakłada się tem cieńszą warstwą i tem lepiej ją rozciera, im bardziej śnieg jest zmrożony i sypki, zaś grubszą warstwą i mniej roztartą, gdy śnieg jest odwilżowy, świeżo spadły lub nawiany.**

Przy nasadzie dzioba oraz ku tyłowi narty daje się zwykle **warstwę cieńszą,** pod więźbą jednak smaruje się **nieco grubiej.** Smar należy położyć **na całą powierzchnię ślizgu,** przyczem na odgiętej części dzioba oraz w rowku leżeć musi gładko roztarty smar zjazdowy. Ostrożne **dodawanie parafiny** do warstwy nałożonego smaru zależy od ilości spodziewanych zjazdów w czasie marszu. Nałożony smar rozciera się **równomiernie,** o ile możności dłonią. Unikać stanowczo należy podgrzewania podejściowych smarów płomieniem lampy benzynowej, gdyż to pozbawia takie smary ich właściwości podlepiania śniegu przy podchodzeniu. **Używanie szerokiego, płaskiego korka,** dobrze wygładzonego — częściowo tylko jest pożyteczne, gdy mimo wszystko, korkiem rozciera się nierówno. Gdy w czasie rozcierania smar układa się nierównomiernie w postaci grudek, wtedy najlepiej jest całą daną **warstwę smarów usunąć i nałożyć oraz rozetrzeć nową.**

W ostatnich czasach używa się coraz bardziej **„klistru“, jako wyłącznego niemal smaru uniwersalnego,** stosownego na każde prawie warunki śnieżne. Stosuje się go w ten sposób, że w zależności od gatunku śniegu i temperatury rozciera się go cieniej lub grubiej, a następnie **stosownem przecieraniem parafiną,** reguluje jego śliskość względnie stopień przyczepności. Jest to **metoda trudna,** wymaga bardzo wielkiego doświadczenia, ale **po dłuższej praktyce** daje pożądane wyniki, a przedewszystkiem **upraszcza** całe zagadnienie.

Wszystkie smary należy zawsze trzymać **w szczelnem zamknięciu i chronić przed przegrzaniem.** Wietrzeją one łatwo i tracą cenne właściwości. W czasie pochodu smary trzeba nosić **w osobnym woreczku,** gdyż łatwo topią się i zanieczyszczają plecak. **Parafinę należy mieć stale przy sobie.**

Nie można wzdragać się przed używaniem **smarów ciekłych,** a zwłaszcza przed rozcieraniem ich dłonią, jakkolwiek brudzi się w ten sposób ręce. Są to bowiem

najdoskonalsze **bodaj smary**, a w wielu wypadkach nie do zastąpienia przez inne. Natomiast w handlu **jest sporo odpowiednich mydeł**, któremi bez trudu można zmyć z rąk ślady smarowania. Nie powinno się jednak nadużywać wspomnianych mydeł, gdyż niektóre z nich przy silnem, a długotrwałem wcieraniu, działają ujemnie na skórę.

Z przyborów, które przy smarowaniu oddać mogą usługi, uwzględnić trzeba: **lampę benzynową, szmatkę, nóż do usuwania smarów** (w czasie pochodów) i ewentualnie **żelazko do prasowania nart**. Ponadto narciarze nie chcący rozcierać smarów dłonią, lub nie mający na to odpowiedniej siły — winni mieć **korek o dużej, kolistej powierzchni.**

Poradnik stosowania smarów

Zestawienie poniższe ma **znaczenie orjentacyjne.** Uwzględniono przedewszystkiem **smary, wyrabiane w kraju.** Ze smarów, nadających się na podkład, wymienić należy „FF", „Kurjer", „Odoskare", „Rekord" („podkładowy", „twardy", względnie „płynny") „Haug" („Skareklister, „uniwersalny"), a ze smarów zagranicznych: „Klister", „Skare", „Tulla" i t. p.

Zastosowanie smarów właściwych, to jest skutecznych zarówno przy podchodzeniu i zjeździe, jest następujące:

Na śnieg świeży, suchy daje się: „Dogoń", „Haug" (uniwersalny cienko, gładko), „Rekord" („Uniwersalny" b. cienko, „Goldklister" cienko, „Medjum" nieco grubiej), „Lepniak".

Przy śniegu świeżym, uporczywie lepiącym: „Haug" („uniwersalny" — b. cienko i b. gładko; tył i przód narty przetrzeć lekko Hauga „smarem zjazdowym" lub parafiną), „Rekordem" (uniwersalnym b. grubo i gładko, „Goldklistrem" grubo i gładko, „Medjum" grubo).

Na śnieg suchy, puszysty; smarować „Rekordem" (uniwersalnym b. cienko, „Goldklistrem" b. cienko, „Miksem" cienko — przy temperaturze do minus 10° C, „Medjum" cienko — przy temperaturze mroźniejszej), „Haugiem" (uniwersalnym średnio grubo, dość gładko), ponadto „Kurjerem" lub „Gońcem" dość cienko.

Na śnieg suchy i gipsowaty; smarować „Haugiem" (uniwersalnym grubo, szorstko lub Hauga „lepniakiem" na podkładzie uniwersalnego względnie „Haug-Skareklistru"

cienko), „Rekordem“ (uniwersalnym grubiej, „Goldklistrem“ grubiej, „Miksem“ grubo), „Wlazolem“ roztartym z „Gońcem“.

Na śnieg suchy, zleżały; smarować „Rekordem“ (uniwersalnym cienko, „Goldklistrem“ cienko, „Miksem“ dość grubo, gładko, „Medjum“ cienko), „Hauga“ (uniwersalnym grubo, szorstko, lub Hauga „Lepniakiem“ na podkładzie uniwersalnego lub „Skareklistru“ — cienko), ponadto „Odoskare“, „Goniec“ lub „Srebrny“.

Na śnieg suchy, t. zw. blaszkowaty; smaruje się „Rekordem“ (uniwersalnym cienko, „Goldklister“ cienko), „Haugiem“ (uniwersalny średnio grubo, dość gładko), ponadto „Kurjer“, „Lepniak“ lub „Srebrny“.

Na śnieg suchy, drobnoziarnisty; smaruje się „Rekordem“ (uniwersalny bardzo cienko, „Goldklister“ b. cienko, „Klister“ b. cienko, „Miks“ — zależnie od temperatury dość grubo), lub „Haugiem“ (uniwersalnym średnio grubo, dość gładko), ponadto nadaje się „Odoskare“.

Na szreń; smaruje się „Hauga“ (uniwersalnym lub „Lepniakiem“ na podkładzie „Skareklistru“), „Rekordem“ (uniwersalnym b. grubo, „Skare“ grubo, mieszaniną „Klistru“ i „Skare“ z parafiną przy lepkich śniegach) oraz „Odoskare“.

Na śnieg odwilżowy; smaruje się „Rekordem“ (uniwersalnym, „Goldklister“, „Klister“, „Medjum“, „Miks“ — przyczem grubość zależna jest od stopnia odwilży), „Haugiem“ (uniwersalnym cienko i gładko), ponadto „Dogoń“ lub „Wlazol“.

Na śnieg odwilżowy, zleżały; smaruje się „Rekordem“ (uniwersalnym grubo, „Goldklistrem“ średnio grubo, „Klistrem“ średnio grubo, „Medjum“ grubo, „Miksem“ b. cienko i rozetrzeć), „Haugiem“ („Skareklister“ cienko i gładko, pod wiązaniem grubiej), „Lepniak“ dość grubo.

Na odwilż zupełną lub firn; daje się „Haug“ („Skareklister“ cienko i gładko pod wiązaniem grubiej), lub „Rekord“ (uniwersalny, „Goldklister“, „Klister“, względnie „Skare“ — o ile śnieg jest bardziej przymrożony), ponadto „Odoklister“ i t. p.

Ze smarów zagranicznych, mających najpowszechniejsze zastosowanie wymienić należy norweskie „Miks“ i „Medjum“, „Oestbyeklister“, „Skare“, „Fińska Guma“ i t. p. przyczem użycie ich zbliżone jest do analogicznych smarów polskich.

PIERWSZA POMOC W NIESZCZĘŚLIWYCH WYPADKACH NARCIARSKICH

Wskazówki poniższe przeznaczone są dla tych, którzy zmuszeni będą do udzielenia pomocy doraźnej w terenie. Dalszą pomocą zajmie się odpowiednio przeszkolony zawiadowca Stacji Ratowniczej T. K. N., znajdującej się w każdem ważniejszem schronisku zimowem.

Przy stosowaniu pomocy, na pierwszem miejscu pamiętać należy o dwu zasadach:

1. **„Przedewszystkiem nie szkodzić“,**
2. **Pomoc udzielana jest doraźną, definitywnie załatwi ją lekarz.**

Ścisłe przestrzeganie tych zasad zmniejszy ilość wypadków, zakończonych kalectwem.

Uwagi ogólne

Opatrywanie ran. Rany należy opatrywać:

a) jeśli rana jest niewątpliwie tak powierzchowną i małą, że można wykluczyć interwencję lekarza;

b) w innych wypadkach, jeśli:

1) przybycia lekarza względnie dostawienia doń chorego nie można spodziewać się przed upływem kilkunastu godzin, 2) jeśli istnieje silne krwawienie, 3) jeśli transport chorego połączony jest z możliwością dalszego zanieczyszczenia rany.

Rany nie wolno obmywać wodą lub śniegiem, dotykać czemkolwiek poza opatrunkiem, usuwać palcami zanieczyszczeń. Jeśli rana jest małą, całą zajodynować, jeśli dużą — same brzegi i skórę w okolicy rany. Na ranę nałożyć płatek kilkakrotnie złożonej czystej gazy, lub z braku tejże, bandaż, tak, żeby miejsce zranienia pokrył nie końcowy jego odcinek, ale część, która była głębiej zwinięta. Nie wolno wprost na ranę kłaść waty, a tembardziej wpychać jej do rany. Nałożoną na miejsce zranienia gazę, przymocować

bandażem, lub jeśli to wygodniej i rozmiary rany pozwalają — przylepcem. (Rany na twarzy).

Uwagi szczegółowe

Krwotok. może być: z tętnicy (silny strumień, krew jasno czerwona) lub ze żyły (wypływ spokojny, krew ciemno czerwona). Jeśli krwotok mniejszy, zwłaszcza żylny, wystarczy nałożyć grubszą niż normalnie warstwę gazy i opaską silnie do rany przycisnąć. (Opatrunek uciskowy). Zaprzestać ruchów, kończynę unieść ku górze. (Rękę na temblak). Przy przerwaniu większej tętnicy, zacisnąć kończynę silnie powyżej miejsca zranienia jakąkolwiek opaską, a więc paskiem, bandażem, pończochą, ręcznikiem. Opaski takiej nie wolno zostawić dłużej, aniżeli 4 godziny. W tym czasie musi się choremu dostarczyć pomocy fachowej. Po silnem skrwawieniu, jeśli pomoc lekarska nie nadeszła, choremu podać do picia płyny (woda, mleko, herbata) pojedynczemi łykami w małych odstępach czasu. Przy krwotokach z nosa — spokój, zimne okłady na kark i czoło (nie na nos), ostrożna tamponada gazą.

Uszkodzenia głowy. Rany powierzchowne zaopatrzyć jak wyżej. Jeśli rana drąży głębiej, w razie utraty przytomności w następstwie silnego uderzenia w czaszkę, upadku z wysokości, uderzenia miednicą lub kręgosłupem, naskutek którego wystąpiły: tętno słabe i wolne, krwotok z nosa i uszu, wymioty, omdlenie — absolutny spokój, głowa zupełnie nieruchoma (nie obmacywać czaszki), okład ze śniegu, okryć jaknajcieplej, zemdlonego nie cucić. W razie wymiotów ostrożnie ułożyć głowę nisko i skręcić ją wbok. Nadzwyczaj ostrożny transport! Natychmiastowa pomoc lekarska!

Skaleczenia oka powstają najczęściej wskutek uderzenia kijkiem narciarskim przy nieprawidłowo wykonywanej kristjanji i telemarku, lub przy upadku wprzód na dzioby nart zbyt krótkich. Brzegi powiek lekko posmarować czystą wazeliną i założyć normalny opatrunek bez jodynowania. W razie zranienia samej gałki ocznej zawinąć także oko zdrowe.

Uszkodzenia tułowia trafiają się najczęściej wskutek nadziania się na kijek lub upadku w terenie nierównym. Rany drążące wgłąb klatki piersiowej lub jamy brzusznej, chociażby małe rozmiarami, opatrzyć bardzo czysto i starannie i skierować do lekarza. W wypadku silnego uderzenia

tępego w klatkę piersiową, po którem chory odczuwa ból przy oddechaniu, owinąć klatkę piersiową silnie szeroką opaską w ustawieniu wydechowem. Przy uderzeniu w kręgosłup lub upadku na miednicę, bardzo ostrożny transport w pozycji leżącej. W razie wystąpienia objawów krwotoku wewnętrznego (tętno słabe, szybkie, bladość powłok, szum w uszach, migotanie w oczach) zimne okłady i szybka pomoc lekarska.

Uszkodzenia kończyn. Przy rozpoznawaniu złamania należy się ograniczyć do stwierdzenia obrzęku i bólu. Wszelkich prób stwierdzania nienormalnej ruchomości i tarcia odłamków kości — należy zaniechać. Kończynę, która wykazuje powyższe objawy, należy traktować zawsze jak złamaną, bo w innych uszkodzeniach są wskazane te same zabiegi. Pomoc w złamaniach polega na unieruchomieniu kończyny przy pomocy szyny. Szynę (kijek narciarski, złamaną nartę, kawałek drewna) zakładamy w ten sposób, aby przechodziła ona poza obydwa stawy, pomiędzy któremi znajduje się złamanie (np. złamanie goleni — szyna sięga poza kolano i poniżej kostki). Szynę układamy na miękkim podkładzie (wata, chustki, sweter, koszula) i przymocowujemy opaską. W razie złamania z przebiciem kości nazewnątrz, ranę opatrzyć jak wyżej, nie dotykając palcami wysterczających odłamków.

Zwichnięcie rozpoznajemy po zniekształceniu i obrzęku stawu. Kończynę unieruchomić przy pomocy szyny, zimny okład, transport do lekarza. **Nie próbować nastawiać.**

Skręcenie w stawie, to najczęstszy z wypadków narciarskich. Natychmiast po skręceniu (kilka minut) założyć na dany staw silnie opaskę, kończynę unieruchomić, zwłaszcza, jeżeli chodzi o staw kolanowy. W schronisku okłady z kwaśnej wody.

Inne wypadki

Odmrożenie — zblednięcie i zanik czucia. Jeśli objawy te zaobserwowano wcześniej, stosować energiczny masaż danej części ciała, potem nałożyć warstwę maści na odmrożenie lub ichtjolowej i założyć opatrunek.

Zamarznięcie. Chorego szybko przetransportować do chłodnego pokoju lub ulokować w miejscu możliwie zacisznem (szałas, dół w śniegu), zdjąć odzienie, bardzo ostrożnie stosować sztuczne oddechanie, masaż kończyn,

po odzyskaniu przytomności owinąć ciepło, podawać w małych dawkach herbatę, kawę, lub kieliszek wina. Ze środków nasercowych: cardiazol lub coramina.

Te same wskazówki odnoszą się do ratowania **zasypanych lawiną**, przyczem sztuczne oddechanie należy stosować aż do uzyskania efektu (nawet do 8 godzin i więcej). Po przywróceniu chorego do przytomności należy przy nim czuwać przez kilkanaście godzin, ponieważ zdarzyć się może nawrót do stanu poprzedniego.

Sztuczne oddechanie. Chory w pozycji leżącej. Stajemy poza jego głową, chwytamy za ramiona w okolicy łokcia i unosimy powoli w górę, przeprowadzając je poza uszy ratowanego, przytrzymujemy w tej pozycji około 2 sekundy i szybciej opuszczamy wdół, przyciskając do klatki piersiowej. Ruchy te powtarzamy miarowo w tempie około 15 na minutę.

Transportu rannych dokonujemy, zależnie od warunków terenowych i środków, jakiemi dysponujemy. W ostatecznym razie przenieść na rękach w miejsce zaciszne i łatwe do znalezienia, posłać po pomoc. Pod żadnym pozorem nie zostawiać chorego samego! Pamiętać należy, że rannych w tułów, następnie takich, u których podejrzewamy uszkodzenie podstawy czaszki (krwotok z uszu, nosa, utrata przytomności) lub kręgosłupa, bezwzględnie transportować na noszach w pozycji leżącej.

Niezbędna apteczka osobista:

Dwie opaski mulowe 5 i 8 cm,
1 paczka gazy sterylizowanej,
jodyna,
1 flaszeczka coraminy lub cardiazolu,
aspiryna,
cibalgina.

Uwaga: Szczegółową instrukcję organizowania akcji ratunkowej w wypadku zasypania lawiną znajdzie czytelnik w wydawnictwie T. K. N. p. t. „Wypadki Narciarskie".

Nie pozostawiaj towarzysza wycieczki bez pomocy!

VI. R Ó Ż N E

ORJENTACYJNY PODZIAŁ TERENÓW NARCIARSKICH W KARPATACH

Łuk polskich Karpat dzieli się na 2 części: **zachodnią** i **wschodnią**. Granica między niemi biegnie od **przełęczy Solinki w okolicach Łupkowa**, doliną Osławy do Zagórza.

W skład **Karpat Zachodnich** wchodzą: Beskidy Zachodnie, Podhale z Tatrami oraz Beskid Niski.

I.

BESKIDY ZACHODNIE

ciągną się od Olzy i granicy państwowej, biegnącej grzbietem Czantorja—Stożek na zachodzie, po przełęcz Tylicką (w okolicach Krynicy) i dolinę Kamienicy Jaworzyńskiej na wschodzie. Dzielą się na następujące grupy górskie:

Beskid Śląski, od zachodu odgraniczony wyżej wspomnianą granicą państwa, od północy linją kolejową Skoczów—Bielsko, od wschodu linją kol. Bielsko—Żywiec—Milówka—Zwardoń. Dzieli się na pasma: 1) **Klimczoka,**

2) **Skrzycznego i Baraniej Góry,** 3) **Równicy,** 4) **Czantorji i Stożka.**

Beskid Mały ograniczony jest wokoło linjami kolejowemi: od zachodu linją Bielsko—Żywiec, od południa linją Żywiec—Sucha, od wschodu linją Sucha—Skawce—Wadowice, od północy linją Wadowice—Andrychów—Bielsko. Dzieli się na 3 części: 1) **Grupa Magórki,** 2) **pasmo Cisownika i Leskowca,** 3) **pasmo Pewelsko-Ślemieńskie.**

Beskid Wysoki składa się z 3 grup: Wielkiej Raczy, Pilska i Babiej Góry. **Grupa Wielkiej Raczy** obejmuje górne dorzecze Soły, od północy zamknięta jest linją kolejową Zwardoń—Rajcza i szosą Rajcza—Ujsoły—przełęcz Ujsolska. **Grupa Pilska** graniczy od południa z Wielką Raczą, od zachodu z Beskidem Śląskim, od północy ograniczona jest linją kolejową Żywiec—Jeleśnia, od wschodu szosą Jeleśnia—Korbielów—przełęcz Glinne. **Grupa Babiej Góry** od zachodu graniczy z Pilskiem, północną granicę wyznacza kolej Jeleśnia—Sucha—Osielec, wschodnią zaś droga Osielec—Sidzina—przełęcz Beskid—Podwilk—Jabłonka.

Beskid Wyspowy składa się z 4 grup: 1) **Wzgórza Lanckorońskie** ograniczone od zachodu linją kolejową Wadowice—Skawce—Zembrzyce, od południowego wschodu szosą Zembrzyce—Biertowice, od północy drogą z Biertowic—doliną Skawinki do Radziszowa, a następnie linją kolejową Radziszów—Kalwarja—Wadowice. 2) **Beskid Wyspowy, właściwy** (Myślenicki) od zachodu graniczy z Wzgórzami Lanckorońskiemi, od południa ograniczony linją kolejową Sucha—Jordanów—Rabka—Mszana Dolna, a następnie drogą Mszana Górna—Łętowo—Wilczyce—Chyżówki—Tymbark; od wschodu doliną Łososiny do wsi Młynne szosą do wsi Żegociny, stąd drogą przez Szyk—Szczyrzyc—Raciechowice — Czasław — Dobczyce — Myślenice—Jawornik do Biertowic. 3) **Beskid Limanowski** od zachodu odgraniczony szosą Tymbark—Zalesie—Kamienica—Zabrzeż, od południowego wschodu szosą Zabrzeż—Łącko—Stadło—Marcinkowice—Łososina Dl., od północy doliną Łososiny aż po Tymbark. 4) **Grupa Żeleźnicy** od północy ograniczona linją kolejową Osielec—Chabówka, od wschodu linją kolejową Chabówka—Nowy Targ, od

południa szosą Nowy Targ—Czarny Dunajec—Jabłonka, od zachodu graniczy z grupą Babiej Góry.

Gorce od zachodu odgraniczone są linją kolejową Chabówka—Nowy Targ, od południa szosą Nowy Targ—Czorsztyn—Krościenko, od wschodu szosą Krościenko—Zabrzeż, od północy granicą z Beskidem Wyspowym. Dzielą się na 3 części: 1) **grupa Turbacza,** 2) **pasmo Lubania,** 3) **grupa Kudłonia i Mogielnicy.**

Beskid Sądecki składa się: z grupy Radziejowej, grupy Jaworzyny oraz wzgórz Rożnowskich. 1) **Grupa Radziejowej** odgraniczona jest od zachodu szosą Krościenko—Łącko—Stary Sącz, od wschodu linją kolejową Stary Sącz—Piwniczna, od południa granicą państwa do przełęczy Obidza, dalej doliną potoku Ruskiego do Szczawnicy i Krościenka. 2) **Grupa Jaworzyny** odgraniczona jest od zachodu linją kolejową Stary Sącz—Muszyna—Leluchów, od północy szosą Nowy Sącz—Łabowa—Krzyżowa—Tylicz—przełęcz Tylicka, od południa granicą państwa. 3) **Wzgórza Rożnowskie** od północy odgraniczone są szosą Lipnica Murowana—Czchów—Zakliczyn—Siemiechów—Gromnik, od wschodu linją kolejową Gromnik—Ciężkowice—Grybów, od południa linją kolejową Grybów—Nowy Sącz—Marcinkowice, dalej szosą do Łososiny Dolnej stąd doliną Łososiny do wsi Młynne; od zachodu szosą Młynne—Żegocina—Połom—Lipnica Murowana.

PODHALE I TATRY

Północną granicę **Tatr** stanowi gościniec od doliny Chochołowskiej przez Zakopane do Łysej Polany (odgałęzienie do Jaworzyny). Dzielą się na 2 części: **Zachodnie i Wysokie,** granicą jest przełęcz Liljowe. **Pogórze Podhalańskie** od południa graniczy z Tatrami, od wschodu i zachodu zamknięte jest granicami państwa, od północy linją kolejową Sucha Hora—Czarny Dunajec—Nowy Targ, szosą do Czorsztyna i Niedzicy. Dzieli się na 4 grupy: 1) **Magura Witowska,** 2) **Pogórze Gubałowskie,** 3) **Pogórze Bukowińskie,** 4) **Pogórze Spiskie.**

Pieniny od północy odgranicza szosa Czorsztyn—Krościenko—Szczawnica, dalej potok Ruski do przełęczy Obidza; od południa droga Czorsztyn—Niedzica, a dalej granica państwa.

* * *

Beskid Niski ciągnie się od przełęczy Tylickiej na zachodzie, po przełęcz Solinki, i dolinę Osławy na wschodzie. Dzieli się na 5 części: 1) **Beskid Grybowski** odgraniczony od północy linją kolejową Nowy Sącz—Grybów, szosą Grybów—Ropa, od wschodu szosą Ropa—Wysowa—Blechnarka, od zachodu graniczy z Beskidem Sądeckim. 2) **Beskid Gorlicki** odgraniczony jest od północy linją kolejową Stróże—Zagórzany—Gorlice, od wschodu szosą Gorlice—Gładyszów—Konieczna, od zachodu graniczy z Beskidem Grybowskim. 3) **Grupa Magury Wątkowskiej** od północy odgraniczona jest szosą Gorlice—Rozdziele—Żmigród, od wschodu szosą Żmigród—Krempna—Ożenna, od zachodu graniczy z Beskidem Gorlickim. 4) **Beskid Dukielski** od północy odgraniczony jest szosą Żmigród—Dukla—Równe—Iwonicz—Rymanów; od wschodu drogą Rymanów—Królik—Jaśliska—Czeremcha, od zachodu graniczy z Magurą Wątkowską. 5) **Grupa Bukowicy** odgraniczona jest od północy szosą Rymanów—Odrzechowa—Bukowsko—Kulaszne, od wschodu doliny Osławy do przełęczy Solinki, od południa granicą państwa, od zachodu graniczy z Beskidem Dukielskim.

II.

KARPATY WSCHODNIE

ciągną się od przełęczy Solinki na zachodzie po Biały Czeremosz na wschodzie. Dzielą się na 3 części: **Bieszczady. Gorgany, Czarnohora** wraz z **Beskidem Połonińskim**.

Bieszczady zachodnie ciągną się od przełęczy Solinki i doliny Osławy na zachodzie po przełęcz Tucholską i dolinę Stryja na wschodzie. W skład ich wchodzą następujące grupy: 1) Halicz, 2) Wołosań, 3) Pikuj, 4) Magura Łomniańska, 5) Wzgórza Leskie, 6) Wzgórza Sanocko-Dobromilskie.

1) **Grupa Halicza** odgraniczona jest od zachodu linją kolei wąskotorowej Solinka—Cisna, szosą Cisna—Dołużyca—Polanka, od północy drogą gminną Polanka—Studenne, a następnie doliną górnego Sanu aż do Sokolik Górskich. 2) **Grupa Wołosania** odgraniczona jest od zachodu doliną Osławy do Kulasznego, od północy drogą Kulaszne—Choceń—Żernica Wyżna—Bereżnica-Wołkowyja, od wschodu doliną Solinki aż po przełęcz Solinki. 3) **Grupa Pikuja** od zachodu odgraniczona jest linją kolejową Sianki—Sokoliki Górne, od północy drogą Sokoliki—Borynia, od wschodu doliną Stryja od Boryni aż do jego źródeł. 4) **Grupa Magury Łomniańskiej** graniczy od południa z grupą Halicza, od wschodu odgraniczona jest linją kolejową Sokoliki—Turka—Spas, od północy drogą Spas—Lenina—Nanowa—Hoszów, od zachodu szosą Hoszów—Lutowiska—Smolnik. 5) **Wzgórza Leskie** od zachodu odgraniczone są linją kolejową Kulaszne—Zagórz, od północy linją kolejową Zagórz—Lesko—Ustrzyki Dolne, od wschodu graniczą z Magurą Łomniańską, od południa z grupą Halicza i Wołosania. 6) **Wzgórza Sanocko-Dobromilskie** odgraniczone są od południa linją kolejową Sanok—Ustrzyki Dolne, dalej na wschód graniczą z Magurą Łomniańską, od wschodu linją kolejową Spas—Stary Sambor—Chyrów—Nowe Miasto, od północy szosą Nowe Miasto—Rybotycze—Bircza, drogą Lipa Dolna—Jawornik—Wara nad Sanem, od zachodu szosą Dydnia—Grabownica—Strachocina—Sanok.

Bieszczady wschodnie ciągną się od przełęczy Tucholskiej na zachodzie po prz. Wyszkowską i dolinę Mizunki na wschodzie. Bieszczady wschodnie składają się z następujących grup górskich: 1) Paraszka, 2) Wzgórza Borysławskie, 3) Trościan, 4) Wysoki Wierch, 5) Magura nad Skolem.

1) **Grupa Paraszki** odgraniczona jest od północnego zachodu doliną Stryja między Turką a Kropiwnikiem, od północy doliną Stryja aż do Synowódzka Wyżnego, od wschodu linją kolejową Synowódzko Wyżne—Tuchla, od południa drogą Tuchla—Pławne—Orawczyk—Zawadka—Ilnik—Turka. 2) **Wzgórza Borysławskie** od południa graniczą z grupą Paraszki, od wschodu odgraniczone są linją kolejową Synowódzko Wyżne—Hurnie, od północy progiem biegnącym przez miejscowości Hurnie—Truska-

wiec—Borysław—Uroż—Błażów—Stary Sambor, od zachodu graniczą z grupą Magury Łomniańskiej. 3) **Grupa Trościana** odgraniczona jest od zachodu doliną Stryja aż do Ilnika, od północy graniczy z grupą Paraszki, od wschodu odgraniczona jest linją kolejową Tuchla—Beskid. 4) **Grupa Wysokiego Wierchu** odgraniczona jest od zachodu linją kolejową Beskid—Tuchla, od północy dolinami potoków Sychla (dopływ Oporu) i Sobola (dopływ Mizuńki), od wschodu doliną Mizuńki między Sołotwiną a Wyszkowem (po przełęcz Wyszkowską). 5) **Grupa Magury nad Skolem** odgraniczona jest od zachodu linją kolejową Tuchla—Synowódzko Wyżne, od północy progiem biegnącym przez miejscowości: Synowódzko Wyżne—Bubniszcze—Polaniec—Kalna—Mizuń Stary, od wschodu doliną Mizunki do Sołotwiny, od południa graniczy z grupą Wysokiego Wierchu.

Gorgany ciągną się od przełęczy Wyszkowskiej na zachodzie po dolinę Prutu i przeł. Jabłonicką na wschodzie.

Gorgany Zachodnie dzielą się na 3 grupy: 1) Chom, 2) Arszyca, 3) Grofa i Popadja; sięgają po dolinę Łomnicy i Mołody.

1) **Grupa Chomu** odgraniczona jest od zachodu doliną Mizunki, od wschodu doliną Świcy. 2) **pasmo Arszycy** odgraniczone jest od zachodu szosą Wełdzirz—Ludwikówka—Wyszków, od północy progiem biegnącym przez miejscowości: Wełdzirz—Ilemnia—Łuhy—Perehińsko, od wschodu doliną Łomnicy i Mołody. 3) **Grupa Grofy i Popadji** obejmuje górne dorzecze Łomnicy; północną jej granicę stanowią doliny potoku Mołoda oraz Bystryka pod Sywulą.

Gorgany Centralne ciągną się między dolinami Łomnicy a Czarnej Bystrzycy. Składają się z 2 grup: Sywuli i Bratkowskiej. 1) **Grupa Sywuli** od zachodu graniczy z grupą Popadji i Arszycy, od północy granica biegnie progiem przez miejscowości: Perehińsko—Porohy—Maniawa—Pniów, od wschodu doliną Czarnej Bystrzycy. 2) **Grupa Bratkowskiej** obejmuje obszar źródliskowy Czarnej Bystrzycy, od północy odgraniczona jest doliną potoku Rafajłowiec (przełęcz Legjonów) oraz doliną potoku Doużyniec pod Doboszanką.

Gorgany Wschodnie ciągną się od doliny Czarnej Bystrzycy po dolinę Prutu. Stanowi je **grupa Doboszanki i Chomiaka** graniczące od zachodu z grupą Bratkowskiej i Sywuli, od północy odgraniczona progiem biegnącym między Pniowem a Delatynem, od wschodu linją kolejową Delatyn—Worochta do przełęczy Jabłonickiej.

Czarnohora wraz z Beskidem Połonińskim obejmuje obszar między doliną Prutu a doliną Białego Czeremoszu, składa się z pasma Czarnohory, Czywczynu, Gór Hryniawskich i Gór Kosmackich.

1) **Czarnohora** graniczy od zachodu z grupą Doboszanki, od północy odgraniczona jest szosą Worochta—Ardżeluża—Żabie, od wschodu doliną Czarnego Czeremoszu i potoku Szybeny.

2) **Pasmo Czywczynu** odgraniczone jest od północy doliną potoku Szybeny, od wschodu doliną Czarnego Czeremoszu, od zachodu i południa granicą państwową.

3) **Góry Hryniawskie** dzielą się na 2 pasma: a) **pasmo Baby Ludowej** (Pniewie) ciągnące się między Czarnym a Białym Czeremoszem, od północy odgraniczone doliną potoku Probijna i przełęczą Watonarka, b) **pasmo Skopowej** ciągnące się na północy od doliny potoku Probija między Białym a Czarnym Czeremoszem.

4) **Góry Kosmackie** dzielą się na 2 części: **pasmo Hordje i Wzgórza Kosowskie. Pasmo Hordje** odgraniczone jest od zachodu doliną Prutu między Worochtą a Delatynem, od północy obniżeniem biegnącem przez miejscowości: Berezów—Kosmacz—Brustura—Jaworów—Krzyworównia; od południa graniczą z górami Hryniawskiemi i pasmem Czarnohory. b) **Wzgórza Kosowskie** od zachodu i południa graniczą z pasmem Hordje, górami Hryniawskiemi, od północy progiem biegnącym przez miejscowości: Delatyn—Łanczyn—Rungury—Jabłonów—Pistyń—Kosów i Kuty.

PAMIĘTAJCIE
O ROZDAWNICTWIE NART

CHARAKTERYSTYKA GATUNKÓW ŚNIEGU

Klasyfikacja i nomenklatura gatunków śniegu, poniżej podane, są od kilku lat stale używane w **Narciarskim Komunikacie Śniegowym T.K.N.** oraz oficjalnie przyjęte i zatwierdzone przez **Państwowy Instytut Meteorologiczny.** Celem spopularyzowania i ujednostajnienia tej nomenklatury, P.Z.N. zaleca swym członkom stosowanie uznanych już określeń.

Gatunek śniegu jest zależny od warunków atmosferycznych, które występują w czasie jego padania (temperatura, wilgotność, wiatr) oraz od zmian atmosferycznych, jakie następnie zachodzą. Dlatego też klasyfikacja gatunków śniegu musi być oparta na genetycznym rozwoju pokrywy. Ze względu jednak na zmienność procesów, nie może być ta klasyfikacja ani zbyt sztywną ani kompletną. Dla praktyki narciarskiej, ograniczyć się można do wyróżnienia oficjalnie przyjętych 9 odrębnych gatunków śniegu (jakkolwiek istnieją jeszcze stadja pośrednie) następujących:

1. **Puch świeży** — śnieg puszysty, suchy, raczej zmrożony; występuje tylko przy temperaturze powietrza poniżej zera; złożony jest z kryształków (śnieżynek), gwiazdek, blaszek, suchych płatków, drobnych ziarenek, igiełek lub słupków. Pokrywa jest sypka, sucha, mało zwarta; narta zapada się głęboko. Dopiero po „zsiądnięciu się" takiej pokrywy jest ona dogodna do jazdy na nartach. Powstaje zazwyczaj w spokojnych warunkach atmosferycznych; im temperatura jest niższa, a wilgotność powietrza mniejsza, tem kryształki są mniejsze, a pokrywa mniej zwarta i delikatniejsza. Zależnie więc od śnieżynek różni autorowie nazywają ten gatunek śniegu rozmaicie: „puszysty", „suchy", „świeży", „pierzasty", „blaszkowy" itp. Dla uproszczenia, każdy śnieg, który jeszcze nie uleżał się (osiadł), lecz zachowuje swoją postać sypką, suchą, nazywamy puchem świeżym. Pokrywa ta utrzymuje się dłużej, tylko w dni mroźne i pochmurne, zazwyczaj osiada i przechodzi w odrębny gatunek...

2. **Śnieg zsiadły** — który tworzy pokrywę bardziej zwartą, lepiej spojoną, często wilgotną, pod nartą rozcią-

gającą się i rozpadającą na bryłki i grudki ostrokrawędziste. Jest to najlepszy śnieg dla narciarzy. Pokrywa taka tworzy się również gdy temperatura jest bliska zera, a wilgotność powietrza duża, gdy padają duże płatki śniegu. Zależnie od temperatury płatki są suche lub mokre; w wypadku drugim pokrywa jest wilgotna, nieco lepiąca. Puch świeży, leżący dłużej niektórzy nazywają śniegiem zleżałym, niema on jednak nic wspólnego z śniegiem odwilżonym, który występuje dopiero przy dłużej trwającej temperaturze powyżej zera. W czasie osiadania puchu świeżego, po dniach słonecznych a mroźnych i mglistych nocach, pokrywa śnieżna pokrywa się szronem, kryształkami blaszkowemi, czasem znacznych rozmiarów (widoczne są pod słońce — „boraks“) stan ten nazywają niektórzy autorowie śniegiem blaszkowym.

3. **Gips przewiany** — śnieg gipsowaty, suchy, często nawiany, dający pokrywę szarawą; jest naogół nieśliski, zbudowany z pyłu i drobnoziarnistych śnieżynek. Powstaje w czasie silnego wiatru, gdy w powietrzu jest stosunkowo niewiele wilgoci. Również w dni mroźne wiatr porywa z powierzchni niezwarte ziarenka śniegu, niesie je, trze, rozbija, tworząc pył drobnoziarnisty, który nawiewa w miejscach zacisznych. Stąd też często nazwa śnieg nawiany lub przewiany. Po pewnym czasie pokrywa osiada, a często proces ten przyspiesza silny a długotrwały wiatr. Wtedy powstaje odrębny gatunek:

4. **Gips zbity** — bardziej zwarty, twardszy, dłużej leżący; z pewnym wysiłkiem rozcina się go nartą na bryły ostrokrawędziste; posiada budowę cukrową. Naogół nie jest pokryty warstewką lodu. Jest również tępy dla jazdy na nartach. Ławice jego, zwłaszcza w formie wydm, zasp i wydmuchów na graniach oraz szczytach na długo utrudniają jazdę na nartach.

Puch świeży normalnie osiada, przechodzi w śnieg zsiadły; pod wpływem usłonecznienia w dzień, a wypromieniowywania w nocy — pokrywa się warstewką lodu, która grubnieje aż do powstania warstwy szreni.

5. **Szreń** — jest to jedyny obok firnu gatunek śniegu, który nie posiada wielorakiej nomenklatury, a jest dobrze znany wszystkim narciarzom. Szreń jest to górna część po-

krywy, utworzona z bardzo zbitego, przekrystalizowanego, zlodowaciałego śniegu. Zależnie od grubości warstwy możemy rozróżnić **szreń łamliwą,** która rozpada się i pęka pod naciskiem narty (najniebezpieczniejsza dla narciarzy) oraz **szreń twardą,** właściwą, którą tylko z wielkim trudem potrafi się nartą przełamać. Z czasem warstwa szreni staje się coraz grubsza, pod wpływem usłonecznienia lodowacieje, aż wreszcie przechodzi w:

6. **Lodoszreń,** inaczej zwaną „skorupą", „blachą". Jej warstwa jest gruba, twarda, zlodowaciała, nie da się zaciąć nartą, utrudnia lub nawet uniemożliwia ewolucje narciarskie. Pod słońce lśni jednolicie matowo. Lodoszreń występuje u nas na wiosnę, lub po dłuższym okresie słonecznej pogody; jest niedogodna dla narciarzy, zwłaszcza gdy w zaklęsłościach nagromadzą się ławice nawianego gipsu.

7. **Śnieg mokry** — występuje przy temperaturze powyżej zera (w czasie odwilży) lub na wiosnę po obfitych deszczach. Pokrywa zawiera znaczną ilość wody i od niej zależy zwartość i lepkość śniegu. W czasie odwilży w górnej części pokrywy znajduje się większa ilość wody z roztopionego śniegu; tworzy się kleista masa lepiąca się pod nartą. Jest to śnieg odwilżony (podobny do wilgotnej soli). Jeśli opad śnieżny pada przy temperaturze ponad 0°C, płatki śniegu czy grudki są mokre; nasiąknięte wodą tworzą one odrazu masę podobną do śniegu odwilżonego (właściwy mokry).
Gdy ilość wody wzrasta, a wkońcu przeważa, przemienia się pokrywa w wodnistą „papkę". Najczęściej występuje to na wiosnę, po deszczach; wtedy warstwa śniegu jest przepojona wodą, a do jazdy na nartach już nieodpowiednia.

8. **Śnieg ziarnisty** zbudowany jest z wyraźnych ziarnek, oddzielonych od siebie wodą. W dzień jest mokry, miękki, ciężki, lecz dogodny dla jazdy na nartach; w nocy jednak marznie, tworząc grubą, twardą pokrywę zlodowaciałą. Nazywa się również kaszą; występuje na wiosnę (marzec) lub w okresach dłużej trwającej odwilży.

9. **Firn** — śnieg ziarnisty, podobny do poprzedniego, lecz stale miękki, mniej wodnisty, odwadniany wdół syste-

mem szpar i kanalików pod pokrywą. Występuje tylko na wiosnę, gdy temperatura powietrza również nocą utrzymuje się powyżej zera (u nas kwiecień, maj). Firn nie lepi się do nart, jest doskonały do jazdy na nartach, jest lżejszy od śniegu ziarnistego, gdyż mniej zawiera wody. Inaczej nazywa się go śniegiem wiosennym.

* *

*

Gatunki śnieżne, zależnie od warunków atmosferycznych, zmieniają się ustawicznie; punktem wyjścia są trzy świeże typy śniegu: puszysty, zsiadły, gipsowaty, które: pod wpływem temperatury i wiatru osiadają i zbijają się; pod wpływem usłonecznienia przechodzą w szreń i lodoszreń; pod wpływem zaś ciepła (temperatury ponad 0^0) i deszczu wilgotnieją, przechodząc w śnieg odwilżony, mokry, papkę, a następnie ziarnisty śnieg i firn. Każdy nowy opad rozpoczyna proces zmian nanowo; stąd pochodzą stadja przejściowe i typy pośrednie.

NARCIARSKI KOMUNIKAT ŚNIEGOWY TOWARZYSTWA KRZEWIENIA NARCIARSTWA

Prowadząc od szeregu już lat działalność na polu wydawania **„Komunikatu Meteorologiczno-Śniegowego“**, będzie Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa i w bieżącym sezonie ogłaszać **w piątek każdego tygodnia** obszerny komunikat, przeznaczony dla **narciarzy.**

Komunikat **oparty jest na obserwacjach około 180 stacyj,** rozsianych po całych Karpatach polskich, ze szczególnem uwzględnieniem okolic turystycznie ważnych. Uwzględniane są również tereny narciarskie, leżące poza Karpatami.

Dzięki współpracy z **Państwowym Instytutem Meteorologicznym** oraz **Polskiemi Kolejami Państwowemi** większość obserwacyj komunikowana jest telefonicznie w piątek rano, dzięki czemu wiadomości, ogłaszane w komunikacie, są **prawdziwie aktualne.** Ponadto są one objektywne, a więc i **wiarogodne.** Natychmiast po odebraniu obserwacyj komunikat zostaje opracowany i ogłoszony w prasie, radjo oraz na najważniejszych stacjach kolejowych P. K. P.

Komunikat podaje wiadomości zarówno o **warunkach klimatycznych** (jak np. kierunek i siła wiatru, zachmurzenie, spodziewany przebieg pogody), jak i **ściśle narciarskich** (grubość szaty śnieżnej i rodzaj śniegu). Zarówno część klimatologiczna, jak i narciarska opracowywana jest **przez fachowców,** dzięki czemu komunikat T. K. N. wybija się **na czoło wszystkich komunikatów śniegowych, ogłaszanych w Europie.**

Aby udostępnić korzystanie z komunikatu najszerszym rzeszom, **utrzymuje T. K. N. w bieżącym sezonie abonament „Komunikatu“.** Każdy Klub lub poszczególny narciarz mogą **za niewielką opłatą (zł. 10.— za cały sezon)** otrzymywać pocztą komunikat wprost do swej siedziby według podanego adresu.

Zamówienia na **abonament** należy kierować do **Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa, Kraków, ul. Piłsudskiego 13. Tel. 128-38.**

DROGI ROZWOJOWE SPORTU SANECZKARSKIEGO W POLSCE

Ponieważ Polski Związek Narciarski **zajmuje się organizacyjnie saneczkarstwem przez swą Komisję Saneczkarską** przy Zarządzie Głównym P. Z. N., przeto w „Informacyjnym Kalendarzu Narciarskim“ zamieszczony zostaje poniższy szkic, z zadaniem **poinformowania szerokich kół narciarzy o tym dziale sportu zimowego.**

W dziedzinie sportów zimowych jednym ze starszych jest saneczkarstwo. Od dawnych czasów znane było saneczkarstwo **zrazu jako środek komunikacji** zimowej, używany szczególnie w krajach alpejskich. Przy wielkich walorach przyjemnościowych dla uprawiających, saneczkarstwo szybko się rozpowszechniło. Do **sportowego współzawodnictwa** był tylko jeden krok, który też szybko został zrobiony. Od bardzo dawnych czasów znane są saneczki jako sprzęt zawodniczy, na co wskazują liczne dokumenty.

Saneczkarz sportowy z czasem ustąpił miejsca narciarzowi, bardziej uprzywilejowanemu w swobodnem poruszaniu się w terenie, podczas gdy sam musiał się trzymać niewolniczo toru.

W dziejach sportu zaznaczyła się już **świetność** saneczkarstwa, przypadająca na koniec XIX stulecia, ale też nastąpił i jego **upadek.** W saneczkarstwie jednak **występuje obecnie renowacja tego sportu.** Natomiast forma saneczkarstwa jest zmieniona, **bardziej wyspecjalizowana,** wymagająca nietylko wyrafinowanego sprzętu, ale też zawrotnych, lodowych torów, na których osiąga się stosunkowo **znaczne chyżości.** Stosowanie wielkiej sprawności fizycznej oraz pełni władz i bystrości umysłu — to poważne zalety tego sportu.

Ciekawe jest, że **saneczkarstwo odradza się** na zasadach, podobnych do zasad narciarskiego biegu zjazdowego. Bo czem różni się bieg zjazdowy na nartach od zjazdu saneczkarskiego? Podziwiamy technikę zjazdową królewskiego sportu narciarskiego; podziwiać będziemy również i zjazd saneczkarski. Obserwujemy pełen finezji sprzęt o płozach założonych z łuku, więc bardzo zwrotny i trudny do stero-

wania. Obserwujemy identyczną ewolucję, jaką w biegu zjazdowym stanowi kristjania, mająca swe zastosowanie w sporcie saneczkarskim, jako boczny ślizg oporowy i kierunkowy, który jest również podstawową ewolucją, stosowaną w szybkiem tempie jazdy na stromiznach i ostrych zakrętach lodowego toru.

* * *

W Polsce istnieje narazie **jeden ośrodek saneczkarski w Krynicy oraz zaczątek na drugi w Zakopanem.** Saneczkarstwo koncentruje się tam, gdzie istnieje tor. **Tor w Krynicy,** oparty o najlepsze wzory, ma swą ustaloną sławę i **stanowi punkt wyjściowy dla saneczkarstwa polskiego.** Tu zaczęto działać systematycznie, nabywając pierwszy rasowy sprzęt, sprowadzony z zagranicy. Ważniejszemi etapami rozwoju były: pokazy zjazdu, kursy prowadzone przez zagranicznego trenera, racjonalne przygotowanie i zalodzenie toru, zawody, obozy treningowe, wyjazdy zagraniczne, systematyczna praca i propaganda — a wreszcie **V. Europejskie Mistrzostwa Saneczkarskie** (Polacy zdobyli wicemistrzostwo Europy wśród 6-ciu narodowości). Dziś saneczkarstwo dochodzi do setki zawodników polskich na startach.

Saneczkarstwo polskie winno posiadać kilka a nawet kilkanaście torów i ośrodków saneczkarskich, oraz tysiące zawodników. Rozwój saneczkarstwa sprawiłby, że młodzież nasza, zaprawiana systematycznie, byłaby ambitną, ofiarną, wytrwałą i odważną. **Takie walory zapewnia saneczkarstwo.**

* * *

Saneczkarstwo jest zorganizowane w klubach i towarzystwach, należących do P. Z. N., Osiem sekcyj i towarzystw **podlega Komisji Saneczkarskiej P. Z. N.,** która jest członkiem **Międzynarodowej Federacji Saneczkarskiej i Bobslejowej (F. I. B. T.).** Każdy saneczkarz zrzeszony opłaca na rzecz Komisji Saneczkarskiej Polskiego Związku Narciarskiego **wkładkę 50 gr.** na koszta organizacyjno-administracyjne, **nie nabywając jednak normalnych uprawnień zrzeszonych narciarzy,** chyba że należy do któregokolwiek Towarzystwa związkowego.

Towarzystwa narciarskie winny zainteresować się szerzej ciekawym działem sportu zimowego, jaki stanowi nowoczesne saneczkarstwo, pozostające pod opieką **Polskiego Związku Narcierskiego.**

UBEZPIECZENIA OD WYPADKÓW

Problem bezpieczeństwa sportu narciarskiego jest przedmiotem ciągłej troski organizacyj narciarskich. Wszystkie niemal poczynania — czy to będzie akcja wyszkoleniowa, czy tworzenie sieci schronisk i znakowanie szlaków, czy wreszcie służba meteorologiczna — wiążą się bezpośrednio lub pośrednio z kwestją bezpieczeństwa w sensie jaknajskuteczniejszego zapobieżenia nieszczęśliwym wypadkom.

Nie oznacza to bynajmniej, że sport narciarski należy do t. zw. „sportów niebezpiecznych". Element współzawodnictwa, stanowiący w tych sportach źródło niebezpieczeństw, nie jest w narciarstwie bynajmniej istotny i działa w gronie niewielu osób, będących drobnym ułamkiem ogółu narciarzy. Wprost przeciwnie — turystyczny charakter naszego ruchu narciarskiego i silnie obudzone dążenia do umiejętności jazdy, odbierają narciarstwu w dużej mierze cechy sportu niebezpiecznego.

Niemniej — każdego roku kilka wypadków śmierci, kilkanaście stałych kalectw i wiele pomniejszych wypadków znaczy kroniki narciarstwa w każdym z narciarskich krajów. Teren, przyroda i niedoskonałość ludzkiego ciała podlegają niezmiennym prawom, którym nie można przeciwdziałać poza określone granice. To też w granicach tych kończy się najdoskonalej obmyślana i wykonana akcja zaradcza, a powstaje nakaz zorganizowania **systemu, uchylającego materjalne następstwa nieszczęśliwych wypadków.**

Rozważana od wielu lat zarówno w łonie poszczególnych Klubów, jak i na terenie P. Z. N. **sprawa ubezpieczeń** od wypadków narciarskich wchodzi wreszcie w roku bieżącym w stadjum realizacji.

Opracowano system, oparty w zasadzie na wzorach szwajcarskich, ale nietylko znacznie bardziej uproszczony, lecz przedewszystkiem przystosowany do swoistych, odrębnych cech naszego ruchu narciarskiego.

Zarówno standartowe kategorje sum ubezpieczonych, jak i wysokość składek, jak i wreszcie zakres wypadków, objętych ubezpieczeniem zostały ułożone pod kątem widzenia **przeciętnych potrzeb** narciarstwa polskiego.

Zawarcie przez Polski Związek Narciarski umowy ubezpieczeniowej z Polskiem Towarzystwem Ubezpieczeń „Patria" Sp. Akc., **umożliwi każdemu narciarzowi** zgłoszenie się do ubezpieczenia — w zakresie jego materjalnych możliwości — przyczem samo już **wpłacenie należnej składki na odpowiednie konto w P. K. O. jest równoznaczne z włączeniem do ubezpieczenia od następnego ranka, na cały sezon zimowy lub na jeden miesiąc.**

Dotychczasowa działalność Towarzystwa „Patria" — także w zakresie ubezpieczeń sportowych — tudzież kontrola P. Z. N. nad realizacją umowy zapewniają sprawny przebieg akcji ubezpieczeniowej.

To też Polski Związek Narciarski zaleca członkom zrzeszonych Klubów korzystanie z tego ubezpieczenia.

Składki, wpłacane za ubezpieczenia, są drobnym okupem za świadomość, że materjalne następstwa ewentualnych wypadków będą uchylone należnemi odszkodowaniami.

I. Co należy uczynić celem zgłoszenia się do ubezpieczenia?

1. Przeczytać dokładnie warunki ubezpieczenia.
2. Obrać z taryfy odpowiednią kategorję sum ubezpieczonych.
3. Wypełnić formularz zgłoszenia (czek P. K. O.) i wpłacić składkę według taryfy ubezpieczeń narciarskich na konto czekowe P. K. O. Nr. 1141.

II. Jak należy postąpić po zajściu nieszczęśliwego wypadku?

Bezzwłocznie po wypadku, najpóźniej jednak w 72 godziny po jego zajściu, należy zawiadomić o tem Dyrekcję T-wa Ubezpieczeń „PATRIA" Sp. Akc., Warszawa, pl. Napoleona 3, bądź jeden z wymienionych poniżej Oddziałów, w zależności od miejsca, w którem zdarzył się wypadek.

Jeżeli wypadek zdarzył się na terenie województwa krakowskiego można zawiadomić albo Centralę w Warszawie, albo Oddział Kraków, ul. Dunajewskiego 2; jeśli na terenie wojew. lwowskiego — Oddział Lwów, ul. Słowackiego 18; lub na terenie wojew. śląskiego — Oddział Katowice, pl. Miarki 1.

Tymczasowe zawiadomienie (w braku formularzy) winno być uzupełnione w ciągu tygodnia zawiadomieniem na

„formularzu zgłoszenia szkody“, który można otrzymać we wszystkich Klubach, zrzeszonych w P. Z. N. i we wszystkich stacjach zimowych. **Do formularza należy dołączyć zawiadomienie ordynującego lekarza** z opisem rodzaju uszkodzenia i zaszłych oraz przewidywanych następstw wypadku.

Jeżeli ubezpieczony zmarł wskutek wypadku, należy zawiadomić Towarzystwo telegraficznie (skrót telegr.: PATRAS — WARSZAWA).

III. Wyciąg z warunków zbiorowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków narciarzy należących do Polskiego Związku Narciarskiego.

W rozumieniu warunków ubezpieczenia **wypadkiem narciarskim** jest każde uszkodzenie ciała, **którego ubezpieczony dozna podczas jazdy na nartach,** t. zn. jak długo znajduje się **na nartach,** w następstwie przypadkowego, od woli ubezpieczonego niezależnego, nagłego, zzewnątrz mechanicznie działającego zdarzenia.

Pozatem włączone są do ubezpieczenia następstwa nieszczęśliwych wypadków, które zdarzą się **podczas pobytu w schroniskach górskich,** nawet jeżeli ubezpieczony nie znajdował się w chwili wypadku na nartach. Nie uchodzą za schroniska górskie hotele, oberże i punkty noclegowe w miejscowościach.

Jeżeli podczas wycieczki w wysokich górach zachodzi konieczność — z uwagi na szczególnie ciężkie warunki śnieżne — chwilowego zdjęcia nart, ubezpieczenie obejmuje również **odcinek drogi, który musi być przebyty pieszo.** Nie są jednak objęte ubezpieczeniem wypadki na takich odcinkach drogi, które wogóle nie są dostępne na nartach, tudzież wszelkie wypadki podczas wspinaczki.

Ubezpieczeniem **objęte są** również następstwa:

zakażeń krwi, o ile wywołane były nieszczęśliwym wypadkiem podczas jazdy na nartach, oraz **następstwa zamarznięcia, odmrożenia i udaru słonecznego,** jeżeli ubezpieczony narażony był na działanie temperatury lub światła wskutek wypadku.

Nie przyjmuje się do ubezpieczenia osób: 1) które przekroczyły 60-ty rok życia; 2) których siła wzroku jest mniejsza, aniżeli 7 djoptryj; 3) które są dotknięte głuchotą; 4) ułomnych, t. zn. pozbawionych którejkolwiek z kończyn lub części kończyn, przyczem brak jednego lub dwóch palców

u ręki lub u nogi nie uchodzi za ułomność, wyłączającą z ubezpieczenia; 5) które są dotknięte chorobą umysłową; 6) zawodowych przewodników górskich.

Zgłoszenia tych osób do ubezpieczenia na zasadzie niniejszych warunków są nieważne, a zapłacona ewentualnie składka będzie im zwrócona.

Wyłączone są z ubezpieczenia:

a) Wszelkie wypadki, które zdarzą się narciarzom, odbywającym samotnie wycieczki górskie.

Skoro w myśl regulaminu Odznaki Górskiej P. Z. N. odbywanie niektórych wycieczek narciarskich (np. oznaczonych w regulaminie gwiazdką) uzależnione jest od obecności przodownika, określonych kwalifikacyj uczestniczących narciarzy, lub innych warunków, wyłączone są z ubezpieczenia wypadki, które zdarzą się podczas takich wycieczek, jeżeli warunki, przepisane regulaminem, nie były dochowane.

b) Wypadki podczas wszelkiego rodzaju zawodów narciarskich i wszelkich skoków, choćby treningowych, na skoczniach, tudzież wypadki podczas uprawiania skijöringu, niezależnie od rodzaju zaprzęgu.

c) Wypadki podczas pełnienia służby wojskowej na nartach w czasie pokoju i wojny (wypadki narciarskie, które zdarzą się wojskowym w czynnej służbie poza służbą, objęte są ubezpieczeniem).

Ubezpieczenie obejmuje wypadki, które zdarzą się w granicach Rzeczypospolitej Polskiej oraz w granicach pasów turystycznych, dostępnych dla członków P. Z. N. na podstawie konwencji turystycznej z Czechosłowacją (Dz. Ust. R. P. Nr. 57, e, 1926, poz. 333).

W granicach Tatr objęte są jednak ubezpieczeniem tylko te wypadki, które zdarzą się w obrębie szlaków powszechnie uczęszczanych, tudzież w obrębie szlaków, punktowanych do Odznaki Górskiej P. Z. N. na podstawie odnośnego regulaminu.

Ubezpieczenie może być rozszerzone na powszechnie uczęszczane szlaki narciarskie całego kontynentu europejskiego (z wyjątkiem państw bałkańskich i Z. S. S. R.) za opłatą specjalnego dodatku do składki.

Taryfa składek przewiduje pięć kategoryj sum ubezpieczonych. Ubezpieczenia w kategorjach D i E, do których włączone jest dzienne odszkodowanie z tytułu czasowej niezdolności do pracy, dostępne są wyłącznie dla posiadaczy Odznaki Górskiej P. Z. N. lub odznaki za Sprawność P. Z. N.

Włączenie narciarstwa do ubezpieczenia na podstawie należycie wypełnionego zgłoszenia rozpoczyna się od godziny 7-mej rano dnia następnego po opłaceniu w gotówce całej należnej składki, najwcześniej jednak od dnia 1-go grudnia 1935 r., godziny siódmej rano, i trwa, w zależności od wysokości składki, uiszczonej według obowiązującej taryfy, bądź przez

a) cały sezon zimowy, t. j. do dnia 16-go maja 1936 r. godziny siódmej rano, bądź

b) jeden miesiąc, t. j. do godziny 7-mej rano tego samego kolejnego dnia następnego miesiąca — poczem automatycznie wygasa.

Składka za ubezpieczenie winna być zapłacona w gotówce zgóry czekiem P. K. O. na konto czekowe Nr. 1141 lub do rąk osób, należycie upoważnionych przez Towarzystwo.

Pełny tekst „Warunków Ubezpieczenia" wyłożony jest do przejrzenia we wszystkich Klubach, zrzeszonych w P. Z. N., i może być na żądanie przesłany każdemu zgłaszającemu się do ubezpieczenia narciarzowi przez Polskie Towarzystwo Ubezpieczeń „PATRIA" S. A.

Taryfa składek ubezpieczeniowych na str. 236

T A R Y F A

składek za ubezpieczenia od następstw wypadków narciarskich (łącznie z opłatą stemplową).

Sumy ubezpieczenia na wypadek:				Posiadacze odznak P. Z. N. Górskiej lub za Sprawność		Nieposiadający odznak P. Z. N.			
						Zrzeszeni w P. Z. N.		Niezrzeszeni w P. Z. N.	
				1		2		3	
	śmierci	stałego kalectwa	przejściowej niezdolności do pracy (dzienne odszkodowanie)	za sezon	za miesiąc	za sezon	za miesiąc	za sezon	za miesiąc
A.	1.000.—	2.000.—	—	4.50	1.50	5.—	1.70	7.50	3.—
B.	2.000.—	3.000.—	—	7.20	2.40	8.—	2.70	12.50	5.—
C.	5.000.—	7.500.—	—	18.—	6.—	20.—	6.70	31.25	12.—
D.	2.000.—	3.000.—	1.—	9.90	3.30	—	—	—	—
E.	5.000.—	7.500.—	2.50	24.—	8.—	—	—	—	—

Przez „sezon“ rozumie się czasokres od 1 grudnia do 15 maja następnego roku.

Narciarze(rki), którzy(re) nie przekroczyli(ły) 18-go roku życia — członkowie P. Z. N. opłacają w kategorji A składkę za sezon zł. 4.—, za miesiąc — zł. 1.30.

Za rozszerzenie ubezpieczenia na powszechnie uczęszczane szlaki narciarskie całego kontynentu europejskiego (z wyjątkiem państw bałkańskich i Z. S. S. R.) dolicza się dodatek w wysokości 50% składki za sezon. Np. jednomiesięczne ubezpieczenie wyjeżdżającego zagranicę narciarza w kategorji E kosztuje zł. 8.— + zł. 12.— = zł. 20.—.

CELOWA GIMNASTYKA NARCIARSKA

Gimnastyka przeznaczona **dla celów narciarskich,** odbiega znacznie od zasad gimnastyki metodyczno-wychowawczej. Stosowanie gimnastyki t.z. metodycznej dla utrzymania sprawności narciarskiej jest niewskazane, mało racjonalne z punktu widzenia wychowania fizycznego oraz zastosowania praktycznego.

Gimnastykę narciarza dzielimy na **zaprawę gimnastyczną bez nart,** stosowaną przed właściwym sezonem i **gimnastykę rozgrzewającą na nartach.**

Narciarska zaprawa gimnastyczna jest częścią składową suchej zaprawy narciarskiej. Prowadzimy ją **na sali, w pokoju lub na boisku.** Gimnastykę rozgrzewającą na nartach ćwiczymy **przed każdym treningiem na śniegu.** Ma ona działać rozruszająco na organizm i przygotować go do wysiłku w czasie treningu.

Stosowanie zatem gimnastyki narciarskiej, opartej na ścisłych wzorach gimnastyki metodycznej jest niewskazane, przedewszystkiem z tego względu, że gimnastyka metodyczna bywa i tak przez ogół sportowców stale przerabiana, przez co niema potrzeby przerabiania gimnastyki w takiej formie.

Natomiast gimnastyka stosowana w okresie ćwiczeń zaprawy suchej musi mieć **wybitne nastawienie na technikę narciarską.** Jest to konieczne jeżeli chodzi o zalety praktyczne takiej gimnastyki, oraz oddziaływanie na te grupy mięśniowe, które w czasie ćwiczeń i ewolucyj narciarskich najwięcej pracują. Ogólne zaś wyrobienie fizyczne i sprawność daje gimnastyka ćwiczona przez cały rok, podobnie jak różne gałęzie sportów, które każdy z narciarzy według zamiłowania latem uprawia.

Dobór ćwiczeń dla lekcji tej „celowej“ gimnastyki narciarskiej musi być wybitnie **praktyczny.** Dlatego też należy wyeliminować z programu wszystkie ćwiczenia, niemające nic wspólnego z narciarstwem, względnie te, które mają niewielki wpływ na pracujące przy narciarstwie grupy mięśniowe.

Zaprawa gimnastyczna w okresie przygotowania się przedsezonowego ma dla każdego narciarza (turysty i za-

wodnika) znaczenie bardzo ważne. **Obok marszów, jest ona podstawą przyszłej kondycji i formy.**

Wzmocnienie mięśni nóg, które wytrzymywać muszą w pracy statycznej długie zjazdy, **wyrobienie ich gibkości** do odbywania długich marszów (biegów), odpowiednie **wydłużenie mięśni i ścięgien podkolanowych** dla osiągnięcia jaknajdłuższego kroku, **uzyskanie siły i gibkości ramion** koniecznej do wytężonej pracy na płaskiem i podejściach; **wzmocnienie mięśni grzbietu i brzucha,** utrzymujących swą pracą statyczną ciało w równowadze; **zwiększenie zręczności** całego ciała, która ułatwiać ma wykonanie ewolucyj narciarskich podczas jazdy; **wzmocnienie stawów nóg i ramion** — to wszystko zadania, jakie stawiamy gimnastyce przed właściwym sezonem.

Z powyższych względów, wzorowanie się w narciarstwie na gimnastyce metodycznej powszechnie stosowanej, nie wytrzymuje krytyki i jest niepotrzebnym balastem, powodującym jedynie stratę cennego czasu. We wszystkich bowiem innych gałęziach sportów, gdzie stosujemy gimnastykę jako ćwiczenia przygotowawcze (lekko-atletyka, boks, pływanie itd.), uciekamy się również do **ćwiczeń specyficznych,** przygotowujących (nastawionych) praktycznie do właściwej gałęzi i to jest wystarczającem uzasadnieniem koniecznej odrębności narciarskiej gimnastyki stosowanej.

* * *

Tok gimnastyki (kolejność ćwiczeń w lekcji) przeznaczonej dla narciarzy podzielony jest podobnie, jak tok wszystkich metodycznych lekcyj gimnastyki — na 3 części tj. **ćwiczenia wstępne, główne i końcowe.**

Ćwiczenia wstępne podobne są w swym układzie do ćwiczeń wstępnych gimnastyki metodycznej.

Ćwiczenia główne odbiegają od toku gimnastyki metodycznej i są dostosowane wybitnie do potrzeb narciarza, przyczem przez poczynienie pewnych zmian w samym doborze ćwiczeń przy układaniu wzorców (osnów) lekcyjnych, wzorzec taki może być przeznaczony dla narciarzy-turystów, biegaczy, zjazdowców lub skoczków.

Ćwiczenia końcowe są ćwiczeniami uspokajającemi.

Cały tok charakteryzuje stopniowe potęgowanie się natężenia, które dochodzi do kulminacyjnego punktu przy

końcu ćwiczeń głównych, poczem przez ćwiczenia końcowe uzyskuje się powrót do normy.

Kolejność ćwiczeń w omówionym powyżej toku lekcyjnym przedstawia się następująco:

I. ćwiczenia wstępne

1. Marsz
2. Ćwiczenia ramion
3. Ćwiczenia nóg
4. Ćwiczenia ramion (inne jak pod 2)
5. Ćwiczenia tułowiu (skłony boczne)
6. Ćwiczenia nóg (inne jak pod 3)
7. Ćwiczenia w marszu.

II. ćwiczenia główne

1. Ćwiczenia tułowia (mięśnie grzbietu i brzucha)
2. Ćwiczenia nóg
3. Ćwiczenia ramion
4. Ćwiczenia tułowia (skręty)
5. Ćwiczenia nóg (intensywniejsze, jak pod 2)
6. Ćwiczenia ramion (intensywniejsze, jak pod 3)
7. Ćwiczenia tułowiu (inne, jak wszystkie poprzednie)
8. Ćwiczenia nóg (intensywniejsze, jak ostatnie)
9. Ćwiczenia ramion (intensywniejsze, jak ostatnie)
10. Skoki wolne (bez pomocy ramion) i mieszane (ze zatrudnieniem ramion).

III. ćwiczenia końcowe

1. Ćwiczenia uspakajające.

* * *

Dla prowadzącego ćwiczenia zapamiętanie powyższej kolejności nie przedstawia zbytniego trudu. **Ćwiczenia wstępne** obejmują po 2 razy ćwiczenia **ramion i nóg,** w środek wplecione są **ćwiczenia tułowiu.** Po marszach następują **ćwiczenia główne,** obejmujące **ćwiczenia tu-**

łowiu, nóg i ramion. Kolejność ta powtarza się 3-krotnie. Ćwiczenia tułowiu każdorazowo dajemy **w innej płaszczyźnie.** (Rozróżniamy 4 płaszczyzny: strzałkową, czołową, poprzeczną i skombinowaną. Wszystkie ćwiczenia tułowiu wykonane jako skłony wprzód, wdół i wtył są w płaszczyźnie strzałkowej. Skłony boczne zaliczamy do płaszczyzny czołowej. Skręty do płaszczyzny poprzecznej. Wszystkie inne ćwiczenia, które nie odpowiadają żadnej z 3-ch poprzednich płaszczyzn, lub też są wykonane w 2-ch płaszczyznach równocześnie, zaliczamy do płaszczyzny skombinowanej). Ćwiczenia ramion i nóg stosujemy **coraz to intensywniejsze,** obliczone na wybitne wzmocnienie mięśni. Po ćwiczeniach tych przychodzą skoki wolne i mieszane.

Ćwiczenia główne możemy przeplatać lekkiemi **ćwiczeniami nóg i ramion** (rozluźniającemi), jeżeli prowadzący zauważy, że u ćwiczących, po któremś z forsownych ćwiczeń zmęczenie jest zbyt duże. Ćwiczenia te działają do pewnego stopnia uspakajająco i są łagodnem przejściem od jednego do drugiego ćwiczenia forsownego. Ponadto w lekcję wplatać można ćwiczenia, które w doborze wzorca nie przećwiczyły jakiegoś stawu lub grupy mięśniowej. Zakończamy lekcję **ćwiczeniami uspakajającemi.**

Prowadzenie lekcji narciarskiej gimnastyki celowej powinno być możliwie intensywne. Ćwiczenia mają postępować **kolejno po sobie bez większych przerw.** Lekcja prowadzona w odpowiedniem tempie, obejmuje **około 30 ćwiczeń** i trwać może 30—35 minut. Początkowo z rozpoczęciem zaprawy lekcję prowadzić należy w słabszem tempie i mniej intensywnie, następnie o coraz większem natężeniu.

* * *

Gimnastyka rozgrzewająca na nartach obejmuje szereg ruchów, mających na celu rozruszanie i rozgrzanie przed właściwą lekcją codziennego szkolenia (treningu) i jako uzupełnienie szybszego opanowania techniki jazdy. Stosowanie jej jest **konieczne na początku każdego treningu.** Czas trwania tej gimnastyki nie powinien przekraczać 15 minut. Rozpoczynamy ją **lekkim chodem lub biegiem 100—150 m,** następnie stosujemy **ćwiczenia ramion, nóg i tułowiu,** co powtarza się 3-razy. Zakończamy gimnastykę różnego rodzaju **skokami na nartach**

z kijkami lub bez kijków (można stosować jedne i drugie). Po przeprowadzonej lekcji należy **chwilę odpocząć** i dopiero przystąpić do właściwego szkolenia (treningu).

Zasób materjału ćwiczebnego do gimnastyki wyżej opisanej znajduje się w podręczniku **„Narciarska Zaprawa"** napisanym przez trenerów hon. P.Z.N. **por. Kasprzyka Artura i Czecha Bronisława** w wydawnictwie P.Z.N. Podręcznik ten nie jest przeznaczony jedynie dla zawodników, gdyż obejmuje dużo wskazówek praktycznych tyczących się każdego narciarza, (turysty i zawodnika), a pozatem instruktor znajdzie w nim opracowane szczegółowo programy gimnastyczne (dla mężczyzn i kobiet), które stosujemy podczas zaprawy suchej i przed ćwiczeniami właściwemi na sniegu, gry i zabawy, a bez stosowania których niemożna pomyśleć racjonalnego szkolenia narciarskiego.

Na szczególnie zalecene zasługuje także, wydany przez Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa specjalny podręcznik p.t. **„Gimnastyka domowa dla narciarzy i narciarek"**, napisany przez instruktora hon. P.Z.N. **mgr. Tadeusza Biernakiewicza.** Szczególnie dla osób, nie dysponujących salami gimnastycznemi, a zmuszonych do ćwiczeń w mieszkaniu — podręcznik ten oddać może duże usługi.

KOLEJ LINOWA KUŹNICE— KASPROWY WIERCH

W sierpniu 1935/36 rozpoczęto **budowę kolei linowej z Kuźnic na Kasprowy Wierch w Tatrach.** Inwestycja ta, niezależnie od swego znaczenia dla rozwoju ogólnej turystyki w Polsce, oraz dla materjalnych interesów uzdrowisk podtatrzańskich — ma **ogromną wartość dla narciarstwa.** Unowocześnia ona bowiem wspaniały teren narciarski w najważniejszym ośrodku zimowego sportu w Polsce, a ponadto **ułatwia rozwój kierunku zjazdowego,** który obecnie w narciarstwie światowem jest coraz potężniejszy, a w Polsce ma jeszcze trudności rozwojowe.

Kolej linowa Kuźnice—Kasprowy Wierch budowana jest przez specjalnie założone towarzystwo pod nazwą **„Towarzystwo Budowy i Eksploatacji Kolei Linowej Zakopane (Kuźnice)—Kasprowy Wierch,** Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością". **Udziałowcami tej Spółki są;** Polskie Koleje Państwowe, Liga Popierania Turystyki, Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa, Polskie Biuro Podróży „Orbis" i Stocznia Gdańska. Większość udziałów w kapitale zakładowym posiada P.K.P. Po zamortyzowaniu kosztów budowy wszystkie udziały przechodzą na rzecz P.K.P., Ligi Popierania Turystyki i Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa, zaś po 25 latach cała kolejka przechodzi na własność P.K.P.

Kolej będzie **najnowocześniejszym wyciągiem linowym,** o trakcji elektrycznej. Trasa jej mierzy **4.150 m długości** wychodząc z Kuźnic (1027.5 m n. p. m.), kończąc się nieco poniżej szczytu Kasprowego Wierchu (na poziomie 1957.5 m n. p. m.) na północno-wschodniem jego ramieniu, odchodzącem ku Ukroniu Kasprowemu.

Budynek stacji wyjściowej znajduje się w Kuźnicach u rozwidlenia wszystkich dróg turystycznych oraz w koncentrycznym punkcie zjazdów narciarskich w tej części terenów tatrzańskich. **Dwa wagoniki** każdy o pojemności 30 osób będą kursować na przestrzeni 1950 m **do pośredniej stacji kolei na szczycie Myślenickich Turni,** gdzie następuje załamanie trasy, wprost na szczyt Kasprowego. Na Myślenickich Turniach **pasażerowie będą przesiadać** do drugiej części kolei biegnącej **na właściwy**

szczyt Kasprowego. Tę drugą część o rozpiętości 2200 m będą również obsługiwać dwa wagoniki po 30 osób każdy.

Budynek na Myślenickich Turniach pomieści siłownię kolejki oraz niewielką poczekalnię i kilka ubikacyj administracyjnych. Z tarasu przed stacją otwiera się **wspaniały widok** na otoczenie Doliny Goryczkowej i Kasprowej. Z Myślenickich Turni do Kuźnic przeprowadzona jest **droga około 3 km długości,** która będzie **znakomitym terenem zjazdowym.**

Drugi odcinek kolei od Myślenickich Turni na szczyt Kasprowego, stanowi **największą atrakcję wyciągu.** Liny dźwigające wagoniki biegną tutaj **nad przepaściami** obu sąsiadujących dolin, a w miarę wznoszenia się ku górze **roztacza się coraz wspanialszy widok,** w którym kontrastuje krajobraz rozległego skalnego Podhala z bezpośredniem pobliżem skrzesanych turni otoczenia Kasprowego.

Budynek szczytowy dostosowany architektonicznie do otoczenia i wykonany **w całości z granitu** (podobnie jak inne stacje) będzie miał niewielką salkę służącą jako miejsce odpoczynku. Ponadto przewidziana jest **możność smarowania nart.** Zorganizowana będzie **stacja ratunkowa** oraz nadzór **turystyczno sportowy.**

Przeciętna szybkość jazdy koleją linową z Kuźnic na Kasprowy wynosić będzie około 5 m. na sekundę, czyli, że **przejazd z Kuźnic na Kasprowy wraz z przesiadaniem potrwa około 18 minut.** Umożliwi to odbywanie kilkakrotnych zjazdów, gdyż powrócić będzie można do stacji wyjściowej w Kuźnicach. **Teren Kasprowego podległ specjalnemu turystycznemu opracowaniu** mającemu na celu **pomnożenie ilości zjazdów w znakomitym tutejszym obszarze narciarskim.**

Kasprowy będąc **wspaniałym punktem widokowym,** jest przedewszystkiem **górą narciarską** i to jak świadczy statystyka wycieczek Odznaki Górskiej Polskiego Związku Narciarskiego — **najpopularniejszą w Polsce.** Kolej będzie więc przedewszystkiem **olbrzymią atrakcją dla narciarzy.**

Propagandowe znaczenie kolei linowej na Kasprowy jest szczególnie wielkie tembardziej, że wszystkie niemal zagraniczne kraje narciarskie dysponują temi urządzeniami, wpływającemi wybitnie na rozwój ruchu narciarskiego, oraz krzewiącemi turystykę. Szeroki ogół narciarzy z radością przyjmuje to wspaniałe urządzenie, które zwraca na Polskę uwagę całego kulturalnego świata narciarskiego.

WYDAWNICTWA P. Z. N.

nakładu własnego P. Z. N. i obce do nabycia w biurze P. Z. N.

	Kluby	Stowarzyszeni	Niestowarzyszeni
Informacyjny Kalendarz Narciarski P. Z. N.	2.50	2.50	3.50
Regulamin zawodów narciarskich P. Z. N.	1.00	1.00	1.50
Regulamin Międzynarodowych Zawodów Narciarskich F. I. S. z tabelą biegów i skoków	2.50	2.50	3.50
Zasady akcji wyszkoleniowej P. Z. N.	0.50	0.50	1.00
A. Bobkowski: Podręcznik Narciarski	4.50	5.00	5.50
St. Faecher: Kurs jazdy na nartach	3.00	3.50	4.00
W. Ziętkiewicz: Jazda na Nartach .	5.00	5.00	6.00
A. Kasprzyk i B. Czech: Narciarska zaprawa biegowa i skokowa . .	3.00	3.50	4.00
M. Dudryk: Przewodnik Narciarski po terenach Karpat Wschodnich .	1.00	1.00	1.50
Z. Klemensiewicz: Przewodnik Narciarski PZN, tom III „Bieszczady"	2.50	3.00	3.50
T. Zwoliński: Zakopane i Tatry Polskie w zimie	2.00	2.30	2.50
Narciarstwo Polskie Rocz. PZN 1925	6.00	6.00	8.00
Narciarstwo Polskie Rocz. PZN 1927	6.00	6.00	8.00
Narciarstwo Polskie Rocz. PZN 1929	9.00	9.00	11.00
Narciarstwo Polskie Rocz. PZN 1927 i 1929, oprawne	12.00	12.00	14.00
T. Zwoliński: Mapa Tatr Polskich .	4.00	4.50	5.00

Członkowie poszczególnych Klubów otrzymują niższą cenę jedynie za okazaniem legitymacji czarnej PZN z nalepką na dany sezon. („Kalendarz" bezpłatnie).

WYDAWNICTWA T. K. N.

do nabycia w biurze T. K. N.

Publikacje:

	cena zł.
„Wypadki narciarskie“	0.50
„Przewodnik narciarski po okolicach Lwowa“, dr. A. Zieliński	0.80
„Przewodnik narciarsko-turystyczny po okolicach Krakowa“, dr. St. Leszczycki	1.—
„Kurs jazdy na nartach“, St. Faecher	4.—
„Jak zostać narciarzem“, dr. A. Zieliński	0.75
„Gimnastyka domowa dla narciarzy i narciarek“, mgr. Tad. Biernakiewicz	1.20

Blokdjagramy (poglądowe mapy narciarskie):

	cena zł.
Nr. 1. Babia Góra	0.60
Nr. 2. Gorce i Beskid Wyspowy	0.60
Nr. 3. Grupa Pilska, Wielkiej Raczy i Baraniej Góry	0.60
Nr. 4. Beskid Śląski i Mały	0.60
Nr. 5. Czarnohora z częścią Beskidu Huculskiego .	0.60

KOLEJOWE ZNIŻKI DLA NARCIARZY w sezonie 1935/36

Rozporządzeniem z dnia 19 listopada 1935 r. Ministerstwo Komunikacji przyznało osobom zrzeszonym w Polskim Związku Narciarskim, odbywającym podróże w celach uprawiania sportu narciarskiego prawo do korzystania z następujących ulg kolejowych:

Przejazdy za indywidualnemi biletami narciarskiemi

W czasie od dnia 1. grudnia do dnia 30. kwietnia osoby zrzeszone w Polskim Związku Narciarskim, wykazujące się legitymacjami członkowskiemi (czarne legitymacje PZN. z nalepkami ważnemi na sezon 1935/36) nabywać będą mogły bilety 1000 i 2500 km w klasie II i III pociągów osobowych i pospiesznych.

Cena biletu wynosi: za bilet 1000 km ważny na pociągi osobowe: w klasie II zł. 45.—, w klasie III zł. 30.—; za bilet 1000 km ważny na pociągi pospieszne: w klasie II zł. 56.25, w klasie III zł. 37.50; za bilet 2500 km ważny na pociągi osobowe: w klasie II zł. 90.—, w klasie III zł. 60.—; za bilet 2500 km ważny na pociągi pospieszne: w klasie II zł. 112.50, w klasie III zł. 75.—. Za książeczkę biletową pobiera się 50 groszy dopłaty.

Ulgę stosuje się w kl. 2 i 3-ciej pociągów osobowych pośpiesznych przy przejazdach tam i spowrotem, jeżeli odległość przejazdu w jedną stronę wynosi conajmniej 30 km, tylko w następujących relacjach:

a) od stacyj:

Będzin, Będzin Miasto, Biała Lipnik, Biała Podlaska, Białystok Centr., Bielsko, Borysław, Brodnica, Brześć Centr., Brzeziny Śl., Bydgoszcz, Chebzie, Chełmno, Chodzież, Chojnice, Chorzów, Chorzów Miasto, Chrzanów, Cieszyn,

Częstochowa, Dąbrowa Górnicza, Drohobycz, Dziedzice, Danzig (Gdańsk) Hbf., Gdynia, Gniezno, Gołonóg, Hajduki, Inowrocław, Jasło, Kałusz, Katowice, Katowice Ligota, Kazimierz, Kielce, Knurów, Kołomyja, Kraków, Kraków Bonarka, Kraków Płaszów, Kraków Podgórze, Krosno, Krynica, Lublin, Lwów, Łazy, Łódź Fabryczna, Łódź Kaliska, Łuck, Mączki, Mikołów, Mysłowice, Nowy Sącz, Nowy Sącz Miasto, Nowy Targ, Nowy Zagórz, Orzesze, Oświęcim, Poznań, Przemyśl, Pszczyna, Równe, Ruda Śl., Rybnik, Rybnik-Paruszowiec, Rzeszów, Sambor, Sanok, Siemianowice Śl., Skawina, Skole, Sosnowiec, Stanisławów, Stary Sambor, Stryj, Strzemieszyce Północne, Strzemieszyce Południowe, Szarlej, Szczakowa, Szopienice, Świętochłowice, Tarnowskie Góry, Tarnów, Tczew, Toruń, Trzebinia, Warszawa, Wilno, Włocławek, Wodzisław, Zakopane, Zawiercie, Ząbkowice.

b) do stacyi:

Andrychów, Augustów, Bobowa, Broszniów, Bystra, Bystra Wilkowice, Chyrów, Czarny Dunajec, Delatyn, Dora, Dolina, Grodziec na Śląsku, Głębce, Grybów, Horyniec, Hucisko, Iwonicz, Jamna, Jaremcze, Jaworze Jasienica, Jeleśnia, Jordanów, Kalwarja Zebrzydowska, Kalwarja Lanckorona, Kęty, Komańcza, Kozy, Krzemieniec, Krzeszowice, Krynica, Lachowice k/Żywca, Limanowa, Ławoczne, Łodygowice, Łojowa, Łupków, Maków, Mikuliczyn, Mikuszowice, Milówka, Mucharz, Muszyna, Nadwórna, Nałęczów, Nowy Targ, Obłaziec, Osielec, Piwniczna, Podleśniów, Polana, Poronin, Ptaszkowa, Puławy, Rabka, Radziechowy Wieprz, Raycza, Rozłucz, Rymanów, Rytro, Sianki, Skole, Sławsko, Słoboda Rungurska, Sokoliki Górskie, Stary Sącz, Sucha, Suwałki, Sól, Synowódzko Wyżne, Tatarów, Truskawiec Zdrój, Tuchla, Turka n/S., Ustroń, Ustrzyki, Wadowice, Wapienica, Węgierska Górka, Wisła, Worochta, Woronienka, Zakopane, Zwardoń, Żegiestów Zdrój, Żeniec, Żywiec.

* * *

Ponadto członkowie PZN. korzystać będą z zniżonych biletów tygodniowych i grupowych. Szczegółowe rozporządzenie co do tych przejazdów ukaże się w komunikatach PZN.

SPIS RZECZY

Za Redakcję Kalendarza: Stanisław Faecher

Wycieczki dla Odznaki Górskiej P. Z. N.

Data	Wycieczka	Nr. w/g listy	Liczba punktów	Przodownik	Uwagi

Wycieczki dla Odznaki Górskiej P. Z. N.

Data	Wycieczka	Nr. w/g listy	Liczba punktów	Przodownik	Uwagi

ZAPISKI

Imię i Nazwisko ....

Miejscowość ....

Ulica i Nr. domu ....

Przynależność klubowa ....

Legitymacja P. Z. N. Nr. ....

Nalepka P. Z. N. Nr. ....

Legitymacja konwencyjna Nr. ....

Legitymacja sędziowska Nr. ....

Legitymacja instruktorska Nr. ....

Legitymacja przodownika Nr. ....

Legitymacja Odznaki za Sprawność Nr. ....

Legitymacja Odznaki Górskiej Nr. ....

Nr. na „Odznace za Sprawność" ....

Nr. na „Odznace Górskiej"

Z A P I S K I